

inhalt

Vorwort	7
Hinweise zur Benutzung	8
Kenia im Überblick	11

Reise-ABC

An- und Einreise	16
Ausrüstung	17
Botschaften/Konsulate	17
Drogen	18
Fotografieren	18
Geld	19
Geschäfts-/ Öffnungszeiten	20
Gesundheit	21
Informationen	24
Karten	25
Knigge	25
Kommunikation	27
Naturschutz	28
Reisen im Land	28
Reisezeit	32
Restaurants	33
Sicherheit/Kriminalität	33
Souvenirs	34
Sport und Aktivitäten	35
Sprache	36
Strom	37
Unterkunft	39
Zeitdifferenz	40
Zoll	41

Land und Leute

Bevölkerung	44
Religionen	49
Kunst und Kultur	51

· Geschichte und Politik	53
Wirtschaft	62
Landschaft und Klima	65

Mombasa

Einleitung	72
Geschichte	73
Orientierung	76
Fort Jesus	77
Die historische Architektur Mombasas	84
Rundgang durch die Altstadt	85
Stadt der Tempel	87
Reiseservice	88
Mombasa North Coast	89
Ausflug nach Rabai	97

Die Küste und Lamu

Einleitung	100
Die Südküste Kenias	101
Shimba Hills National Reserve und Mwaluganje Elephant Sanctuary	113
Die Nordküste Kenias	115
Der Lamu-Archipel	131

Land am Kilimanjaro

Einleitung	142
Namanga	142
Amboseli National Park	143
Voi	148
Taita Hills	149
Die Tsavo-Nationalparks	150

Nairobi

Einleitung	160
Geschichte	161
Orientierung	161
Stadtrundgang	163
Reiseservice	171
Im Umland von Nairobi	172
Nairobi National Park	176

Zentrales Hochland

Einleitung	180
Thika	181
14 Falls	181
Ol Doinyo Sabuk National Park	182
Mt. Kenya National Park	183
Nanyuki	191
Nyeri	192
Aberdare National Park	194

Laikipia	197
Nyahururu	199

Nordkenia

Einleitung	202
Meru National Park	203
Isiolo	205
Shaba National Reserve	206
Samburu und Buffalo Springs National Reserves	208

Rift Valley

Einleitung	216
Nakuru	218
Lake Nakuru National Park	223
Lake Bogoria National Reserve	227