



Uganda

ein elegantes Abenteuer



German

Uganda

ein elegantes Abenteuer

Vom Moment an, wo Sie, genau am Äquator, auf dem modernen und leistungsfähigen internationalen Flughafen Entebbe landen, der atemberaubend schön am bewaldeten Ufer des von Inseln durchsetzten Victoriasees liegt, wird Ihnen deutlich, dass Uganda kein gewöhnliches Reiseziel ist. Entebbe mit seinem ausgedehnten, zum Seeufer hinunterführenden Golfplatz und dem jahrhundertealten, vom Geschnatter akrobatisch herumturnender Affen und farbiger Tropenvögel erfüllten botanischen Garten wirkt unter allen afrikanischen Städten ähnlicher Größe am wenigsten urban. Nur 40 km entfernt breitet sich über sieben Hügel die Hauptstadt Kampala aus. Die helle, moderne Atmosphäre dieser geschäftigen und weltoffenen Stadt, die das wirtschaftliche Wachstum und die politische Stabilität spiegelt, die Uganda seit 1986 prägt, paart sich mit dem wild-ausladenden Grün seiner sanft abfallenden Hänge.

Ökologisch gesehen befindet sich Uganda dort, wo die ostafrikanische Savanne auf den westafrikanischen Urwald trifft. Wo sonst als in diesem unglaublich üppigen Land kann man am Morgen Löwen auf den offenen Ebenen herumstreifen sehen und am Nachmittag desselben Tages die Spuren von Schimpansen durch den Unterwuchs des Regenwaldes verfolgen, am nächsten Tag dann durch tropische Wasserläufe steuern, in denen sich Flusspferde und Krokodile tummeln, bevor man sich aufmacht in die nebligen Berge, um dort tief in die Augen eines Berggorillas zu blicken? Uganda ist gewiss das einzige Safari-Ziel, wo man bei Waldprimaten dieselbe Artenvielfalt bestaunen kann wie bei Savannen-Antilopen. Zeugnis dieser Lebensvielfalt ist auch die Tatsache, dass Uganda mit Abstand das kleinste der vier afrikanischen Länder ist, in denen mehr als 1'000 Vogelarten heimisch sind!

Doch die Tierwelt ist längst nicht alles, was dieses Land zu bieten hat. Da ist zum Beispiel auch der durch die spektakulären Murchison-Fälle aufgehaltene mächtige Nil, an dem man einige der aufregendsten Möglichkeiten dieser Welt für kommerzielles Wildwasser-Rafting findet. Dann sind da die schneebedeckten Gipfel der Rwenzori-Berge, die für ehrgeizige Bergsteiger eine faszinierende Herausforderung darstellen, ferner die Virunga-Vulkane und Mount Elgon, die beide mit sehr lohnenden Wanderungen durch eine glitzernde Hochlandszenerie locken. Wer es gemächlicher mag, wird sich durch die unzähligen idyllischen Inseln des Victoriasees und des Bunyonyisees sowie durch die vielen umwaldeten Kraterseen auf dem Rift-Valley-Grund und am Rift-Abhang um Fort Portal angezogen fühlen. Ob Sie nun zum ersten Mal auf Safari gehen oder bereits ein erfahrener Afrika-Reisender sind, Uganda – mit seiner einmaligen Mischung aus Savannen- und Waldlebewesen, seinem seltenen Reichtum an Gebirgs- und Seen-Lebensräumen – wird Sie begeistern.

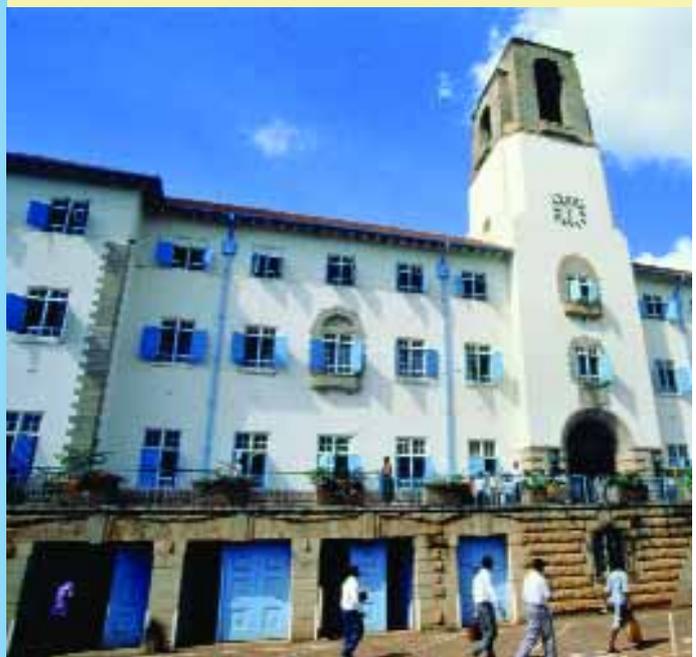


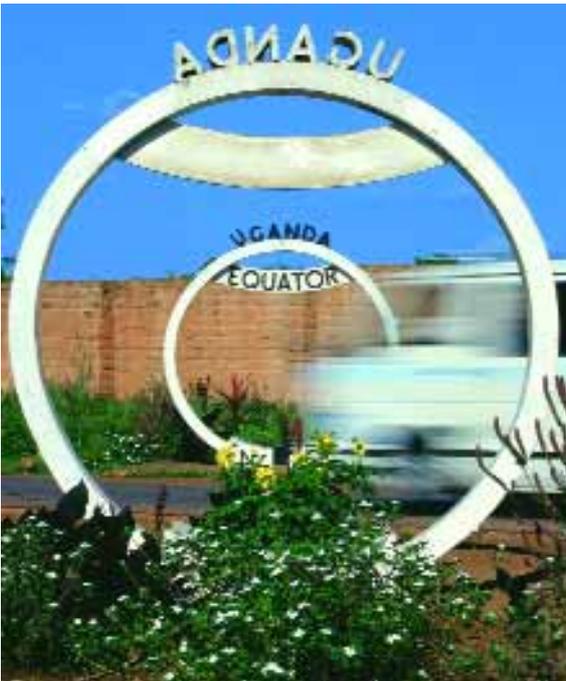


Afrikas freundlichstes Land

Ugandas Ruf als „Afrikas freundlichstes Land“ rührt teilweise von der traditionellen Gastfreundschaft seiner kulturell vielfältigen Bevölkerung her und teilweise von der Tatsache, dass Touristen kaum je Opfer von kriminellen Handlungen oder von Belästigungen werden. Es gibt aber noch weitere Gründe als den der umgänglichen Menschen.

Von Ugandas Engagement für die Umwelt zeugt die Schaffung von sechs neuen Nationalparks durch die jetzige Regierung sowie die kürzliche Entstehung von auf Gemeindeebene angesiedelten und durch die Bevölkerung getragenen Öko-Tourismus-Projekten, während sich der vorherrschende Geist sozialer Aufklärung in den fortschrittlichen und viel gepriesenen Anstrengungen manifestiert, die weitere Ausbreitung von HIV/AIDS zu verhindern und die Rechte der Frauen zu fördern. Für einen angenehmen Aufenthalt sorgen natürlich auch das von Ugandas Äquator- und Höhenlage geprägte Klima, ferner Einrichtungen wie Hotels und Safari-Lodges, die zum Besten gehören, was Afrika zu bieten hat.





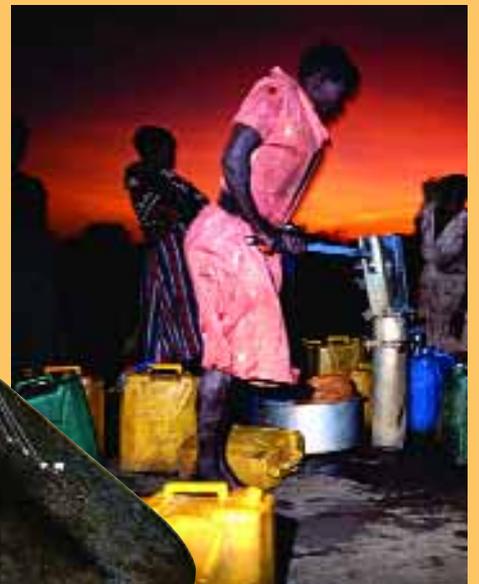
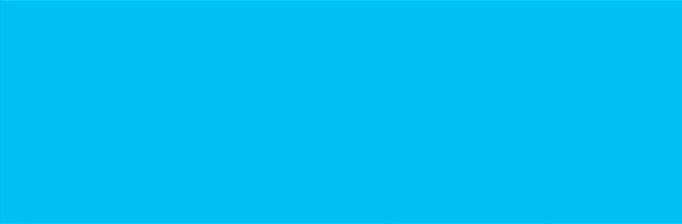
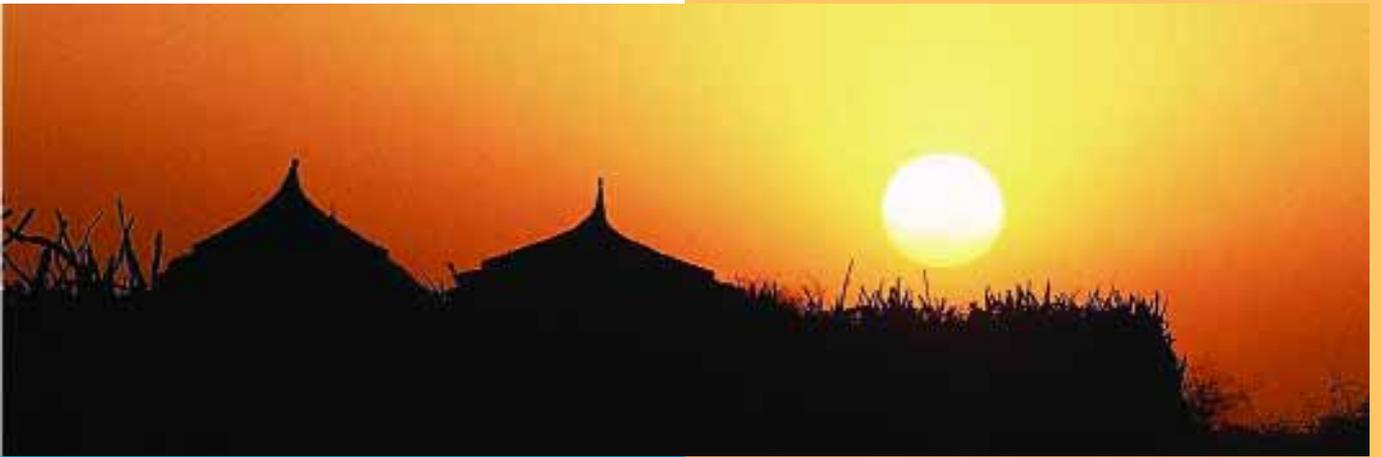
Reisen im Land

Seit Präsident Museveni 1986 an die Macht kam, gehört Ugandas Volkswirtschaft zu den am schnellsten wachsenden Afrikas. Das Land hat stetig seine Straßenverbindungen ausgebaut, das Kommunikationsnetz und andere wichtige Infrastrukturbereiche. Gleichzeitig kamen immer mehr internationale Touristen, und es wurden erstklassige Einrichtungen geschaffen, um die Besucher aufzunehmen. Entebbes moderner internationaler Flughafen, der 40 km von Kampala entfernt am Ufer des Victoriasees liegt, wird von verschiedenen bekannten internationalen Fluggesellschaften angefliegen, womit der einfache Zugang aus den USA, aus Europa und aus anderen afrikanischen Ländern gewährleistet ist. Im Innern Ugandas können Charterflüge zwischen den Touristen-Attraktionen organisiert werden.

Kampala ist eine moderne Hauptstadt, in der es ausgezeichnete internationale Hotels gibt, wie zum Beispiel das Sheraton-Hochhaus genau im Stadtzentrum. Daneben findet man belebte Einkaufszentren mit vielen Banken, Läden, Restaurants, Internet-Cafés und Kinos. In Kampala und Entebbe bieten angesehene Safari-Unternehmer und Autoverleiher internationalen Besuchern ihre reiche lokale Erfahrung und ihr umfangreiches fachliches Know-how an. Und ob man nun per Bus oder Mietfahrzeug reist oder sich einer organisierten Safari anschließt, man profitiert von geteerten Straßen, welche die Hauptstadt mit anderen großen Städten wie Jinja, Mbale, Kabale, Kasese und Fort Portal verbinden, von wo aus dann gut unterhaltene, nicht asphaltierte Straßen zu den Tierreservaten und Nationalparks führen.

Außerhalb der Hauptstadt gibt es in den meisten Nationalparks und an den übrigen wichtigen Touristenorten stets zumindest eine Lodge für gehobene Ansprüche, die dafür sorgt, dass, wer in Afrika unterwegs ist, nicht nur erlebt, was zum Reisen in Afrika einfach gehört, Abenteuer nämlich, sondern auch viele Annehmlichkeiten genießen darf: elegante En-suite-Unterkünfte, vorzügliches Essen, ein breites Angebot von gekühlten Getränken und eine freundliche Bedienung. Für Geschäftsreisende gibt es in den meisten größeren Städten Internet-Einrichtungen, während ein ausgedehntes Mobiltelefonnetz es ermöglicht, die Verbindung mit der Heimat auch an den abgelegensten Orten des Landes aufrechtzuerhalten.





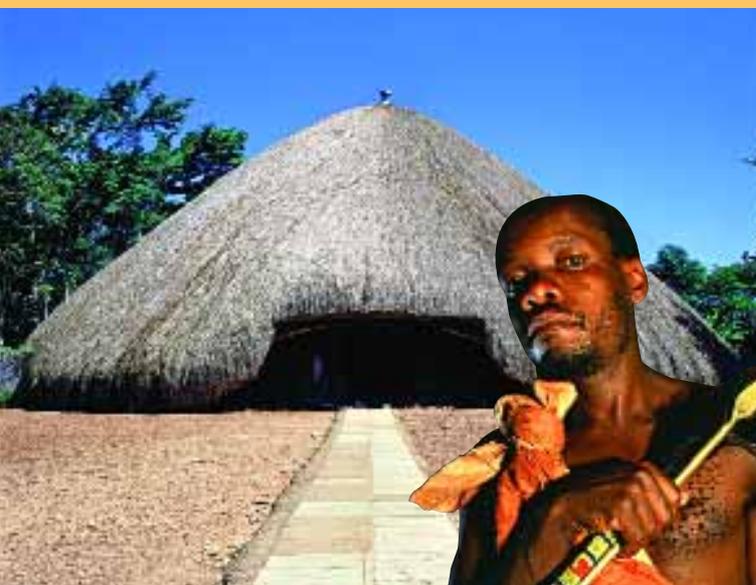


Menschen und Kultur

Uganda liegt im geografischen Herzen des afrikanischen Kontinents und ist seit jeher ein kultureller Schmelztiegel, was sich an den über 30 verschiedenen einheimischen Sprachen zeigt, die zu fünf unterschiedlichen linguistischen Gruppen gehören, ferner durch ein nicht weniger vielfältiges kulturelles Mosaik von Musik, Kunst und Handwerk. Die ältesten Bevölkerungsgruppen Ugandas sind die im hügeligen Südwesten lebenden Batwa- und Bambuti-Pygmäen, Nachkommen der Jäger- und Sammlerkulturen, die einst einen Großteil Ostafrikas bevölkerten und ein reiches Vermächtnis an Felsmalereien hinterließen, wie zum Beispiel diejenigen am Nyero-Rock-Shelter in der Nähe von Kumi.

Den kulturellen Kern des modernen Uganda bilden die Bantu-sprachigen Königreiche von Buganda, Bunyoro, Ankole und Toro, deren traditionelle Monarchen – sie wurden in den neunziger Jahren wieder in Amt und Würden gesetzt, nachdem sie Präsident Obote 1967 abgesetzt hatte – immer noch wichtige kulturelle Galionsfiguren sind. Nach mündlicher Tradition sind diese jahrhundertealten Königreiche Nachfahren der mittelalterlichen Königreiche Batembuzi und Bacwezi, die in der Gegend der heutigen Orte Mubende und Ntusi lagen, wo archäologische Funde es nahe legen, dass im 11. Jahrhundert ein streng zentralistischer Staat entstand. Drei frühere Könige von Buganda sind in einem eindrucksvollen traditionellen strohgedeckten Gebäude bei den Kasubi-Gräbern in Kampala begraben.

Im Nordosten tragen die Karimojong, traditionelle Hirten, deren Lebensstil und Kultur an die berühmten Massai erinnert, zur kulturellen Vielfalt Ugandas bei, und im Nordwesten tun dies ein Patchwork von landwirtschaftlichen Völkern, deren nilotische Sprachen und Kulturen im heutigen Sudan wurzeln. Die Rwenzori-Ausläufer sind die Heimat der zähen Bakonjo, deren Jagd-Schreine dem einbeinigen, einarmigen, einäugigen pfeifenrauchenden Geist Kalisa geweiht sind, während die Bagisu in der Mount-Elgon-Region bekannt sind für ihre farbenfrohe, in jedem geraden Jahr stattfindende *Imbalu*-Zeremonie, durch die junge Burschen einzeln in die Gemeinschaft der Männer aufgenommen werden, und die ihren Höhepunkt um die Zeit des Monats August erreicht.





Nationalparks und Safaris

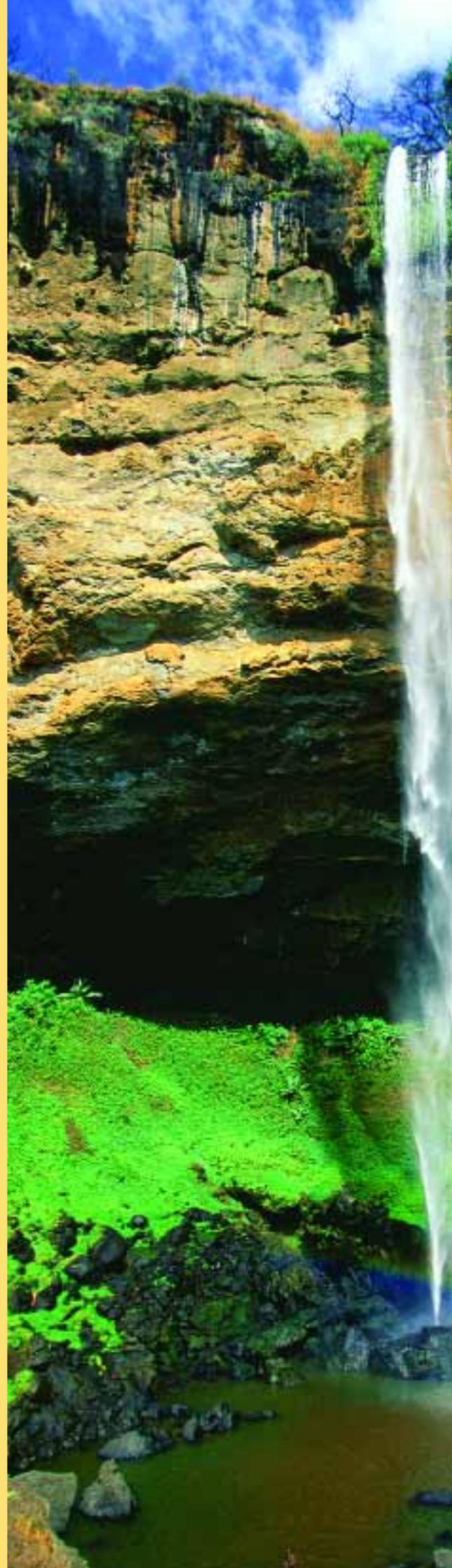
Zu beiden Seiten des Äquators breitet sich ein Netzwerk von 10 Nationalparks und verschiedenen anderen Schutzgebieten aus, das Naturliebhabern die großartige Möglichkeit bietet, Ugandas vielfältige Flora und Fauna zu erleben. Die faszinierenden, von einer Vielzahl von Antilopen, Büffeln und Elefanten bewohnten Dornbuschsavannen, die man mit Äquatorial-Ostafrika in Verbindung bringt, sind dabei nur das eine. Zu Uganda gehören auch üppige Ausdehnungen von tropischem Regenwald, schimmernde Seen und Flüsse voller Leben sowie die eisigen Gipfel von Afrikas höchstem Gebirge.

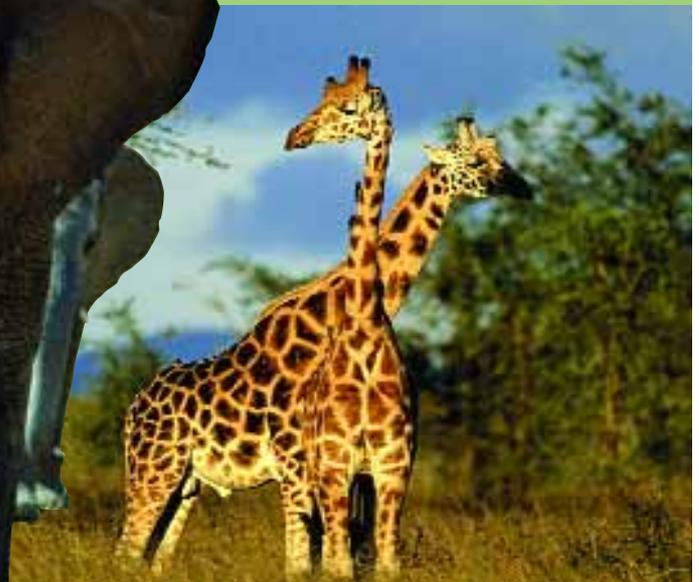
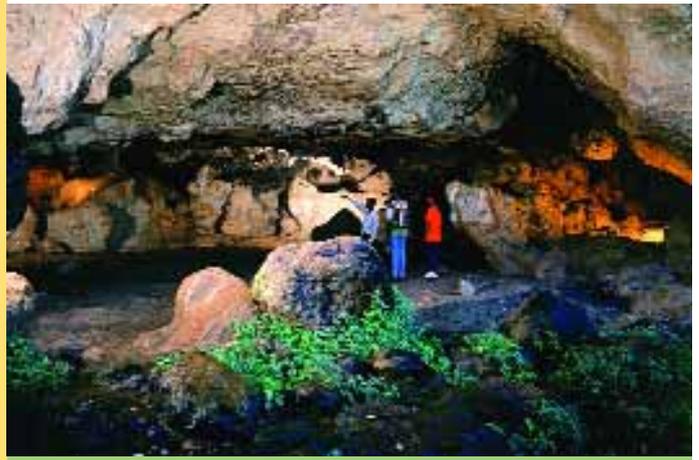
Ugandas größtes Schutzgebiet ist der **Murchison-Falls-Nationalpark**, dessen mit Palmen durchsetztes Grasland große Bestände an Löwen, Büffeln, Elefanten und Uganda-Grasantilopen sowie an Rotschildgiraffen und Husarenaffen ernährt. Riesige Ansammlungen von Flusspferden und Vögeln können auf morgendlichen und nachmittäglichen Bootsausflügen auf dem Nil unterhalb des spektakulären Wasserfalls, nach dem der Park benannt ist, beobachtet werden.

Der **Rwenzori-Mountains-Nationalpark** schützt die östlichen Hänge und Gletschergipfel des 120 km langen Rwenzori-Gebirges oder der „Mondberge“, ein erstklassiges Wander- und Bergsteigergebiet, auf dessen Bedeutung als eine Quelle des Nils bereits der Geograf Ptolemäus um 150 nach Christus hinwies. Das Rwenzori-Massiv erhebt sich vom Grund des Rift-Valleys auf eine winterliche Höhe von 5'109 m. An den Hängen wachsen ausgedehnte Regen- und Bambuswälder, während das höher gelegene Moorland bekannt ist für seine bizarr anmutende Decke von Riesenheidekraut, Lobelien und Greiskraut.

Die majestätisch im Schatten des Rwenzori-Gebirges gelegene, den Edward-See und den George-See flankierende üppige Savanne des Queen-Elizabeth-Nationalparks bietet Büffeln, Elefanten und verschiedenen Antilopenarten vorzügliche Weidegründe. Die Liste von über 600 Vogelarten zeugt von der außergewöhnlichen ökologischen Vielfalt dieses Parks. Als besondere Säugetierarten sind hervorzuheben das (anderswo schwer zu findende) Riesenwaldschwein und die legendären Bäume erkletternden Löwen des Ishasha-Sektors.

Der **Bwindi-Impenetrable-Nationalpark**, eines von Ugandas bewaldeten Reservaten, ist vor allem als Ort bekannt, wo man wunderbar auf Gorilla-Pirsch gehen kann. Der Park bietet aber auch Elefanten, Schimpansen, diversen anderen Affenarten und





verschiedenen kleinen Antilopen sowie 23 nur im Albertine-Rift vorkommenden Vogelarten Zuflucht.

Berggorillas sind auch die Hauptattraktion des **Mgahinga-Nationalparks**, der den ugandischen Teil des Virunga-Gebirges schützt, einer eindrucklichen Kette von neun frei stehenden erloschenen und aktiven Vulkanen, die entlang der Grenze zu Rwanda und zum Kongo verläuft.

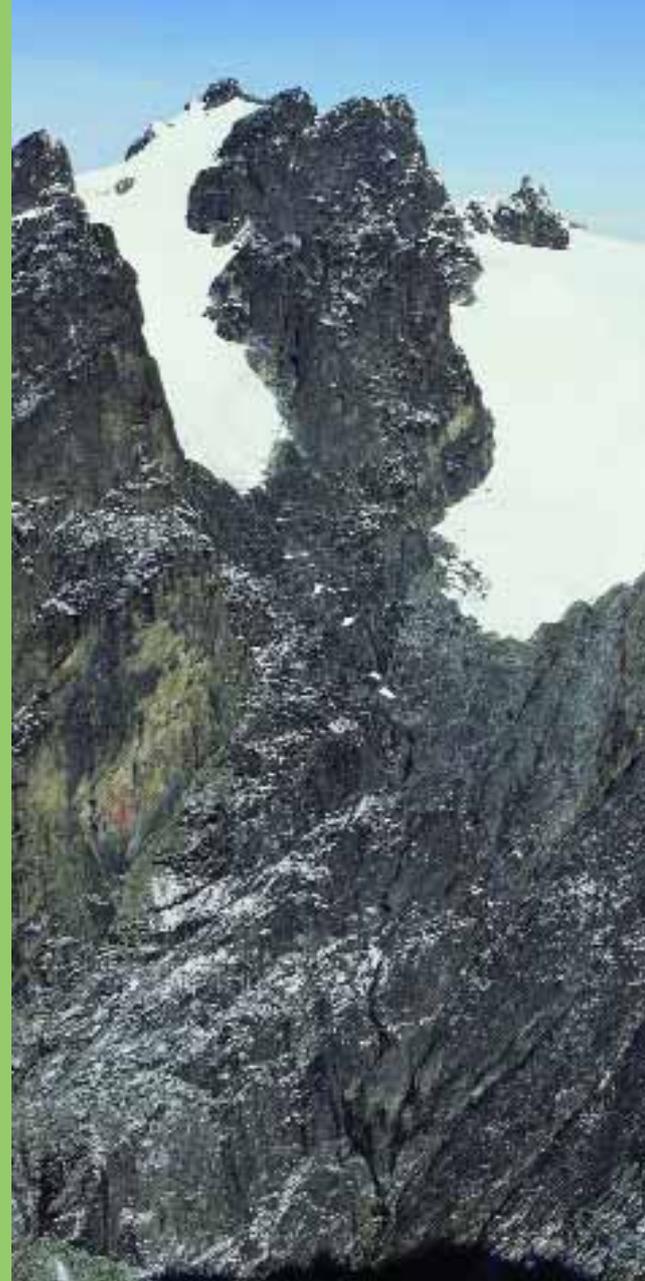
Der tiefer gelegene und schwerer zu erreichende **Semliki-Nationalpark**, ein ugandischer Ausläufer des am Fuß des nördlichen Rwenzori-Gebirges gelegenen kongolesischen Ituri-Regenwaldes, ist für Ornithologen von besonderem Interesse: hier kommen ungefähr 40 kongolesische Vogelarten vor, die es in Uganda sonst nirgends gibt. Das nahe gelegene spektakuläre **Semliki-Wildlife-Reservat**, das an den Albertsee stößt, ist ein vorzüglicher Ort, um einen rätselhaften Sumpfbewohner zu beobachten: den Schuhschnabel.

Der **Kibale-Nationalpark** ist der Traum eines jeden Primatologen. Er beherbergt mehr als 1'000 Schimpansen, von denen eine 80 Mitglieder umfassende Sippe an die Besuche von Touristen gewöhnt ist, dazu ein halbes Dutzend leicht zu beobachtende Affenarten, unter ihnen die akrobatischen Roten Colobus- und Schwarzweißen Colobusaffen sowie die hübsche Vollbartmeerkatze.

Das Herzstück des **Lake-Mburo-Nationalparks**, des Kampala am nächsten gelegenen Savannen-Reservats, ist eine Reihe von sumpfgesäumten Seen, die bekannt sind für ihren Vogelreichtum; so findet man hier das geheimnisvolle Afrikanische Binsenhuhn. Im grünen Akazien-Waldland, das die Seen umgibt, leben viele Zebras, Warzenschweine, Büffel, Impalas und verschiedene andere Grasfresser, darunter die letzte überlebende Elen-Antilopen-Population Ugandas, die größte afrikanische Antilopenart.

An der kenianischen Grenze in der Nähe von Mbale gelegen, umgibt der **Mount-Elgon-Nationalpark** den 4'321 m hohen Berg, nach dem er benannt ist und der den größten Kratergrund aller erloschenen Vulkane der Welt hat. Ein üppiges Lebensraum-Mosaik von afrikanischem Gebirgswald, Gras- und Moorland macht diesen Park zu einem sehr lohnenswerten Ziel für Wanderer und andere Naturbegeisterte.

Weit im Nordosten ist der abgelegene, wilde und wenig besuchte **Kidepo-Valley-Nationalpark** das Zuhause vieler Festland-Tierarten, etwa des Geparden und des Großen Kudu, die man sonst nirgends in Uganda findet, während die ganzjährigen Regenfälle vor allem in der Trockenzeit viele Elefanten und bis Tausend Tiere umfassende Büffelherden anziehen.







Gorillas und Primaten

Ugandas Hauptattraktion ist der bedrohte Berggorilla, der wuchtigste aller heute lebenden Primaten und mit der friedlichste. Wer in die nachdenklichen braunen Augen eines dieser freundlichen Riesen schaut, die 95 % ihrer Gene mit dem Menschen teilen, ist ganz klein und fasziniert zugleich – ein Gefühl, das noch wächst, wenn man sich vor Augen hält, dass weniger als 700 Tiere überlebt haben; sie verteilen sich auf den Bwindi-Nationalpark und das Virunga-Gebirge. In Uganda können fünf an Menschen gewöhnte Gorilla-Gruppen von maximal 30 Touristen pro Tag besucht werden, vier in Bwindi und eine im Mgahinga-Nationalpark.

Uganda ist auch die Heimat unseres nächsten Verwandten, des Schimpansen, eines prächtigen Affen, dessen bedeutungsvoller Keuch-Schrei-Ruf ein für den afrikanischen Regenwald so bezeichnender Laut ist. In den Wäldern von Kibale und Budongo und in der zum Queen-Elizabeth-Nationalpark gehörenden Kyambura-Schlucht sind Schimpansengemeinschaften an Besucher gewöhnt worden. Eine Gruppe von elternlosen Schimpansen, von denen die meisten Wilderern abgenommen wurden, kann man auf der Ngamba-Insel besuchen, die ungefähr 45 Motorbootminuten von Entebbe entfernt im Victoriasee liegt.

Affen sind in Uganda außerordentlich gut vertreten. So darf sich der Kibale-Regenwald der größten Primatenvielfalt und -dichte Ostafrikas rühmen – während einer einzigen Nachmittagswanderung kann man gut und gern fünf oder sechs Arten beobachten. Der Mgahinga-Nationalpark beherbergt an Besucher gewöhnte Gruppen des seltenen Goldaffens, während der Murchison-Falls-Nationalpark eine der wenigen ostafrikanischen Hochburgen des spindeldürren, die Ebenen bewohnenden Husarenaffens ist. Die versteinerten, 20 Millionen Jahre alten Knochen des Morotopithecus, des frühesten bekannten Vorfahren der modernen Menschenaffen und des Menschen, wurden in den sechziger Jahren des vergangenen Jahrhunderts in der Nähe von Moroto in Ostuganda ausgegraben und können jetzt im Nationalmuseum von Kampala besichtigt werden.



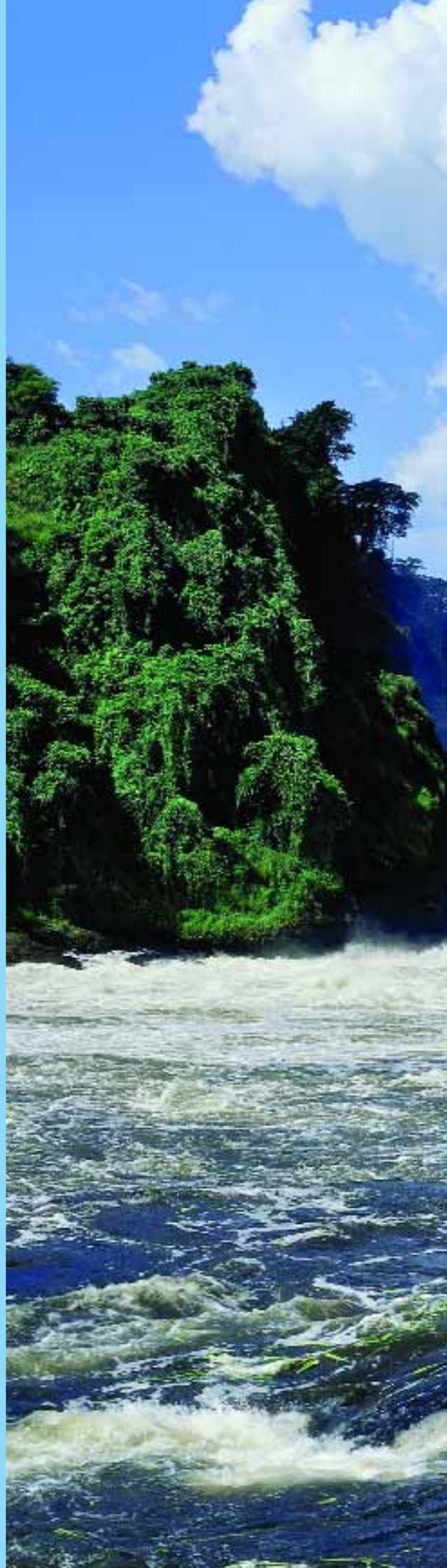


Die Quelle des mächtigen Nil

Die Quelle des Nils, auf die, wenn auch nur vage, bereits der antike Ptolemäus in seinen Schriften hingewiesen hatte, galt als eines der großen geografischen Geheimnisse des viktorianischen Zeitalters. Der Wunsch, diesen geografischen Heiligen Gral zu entdecken, inspirierte die waghalsigen Forschungsreisen von Livingstone, Stanley, Burton and Speke. Und es war Letzterer, John Hanning Speke, der 1862/1863 auf seiner Pionierexpedition um den Victoriasee als Erster die umstrittene Annahme wagte, dass es sich bei einem kleinen Wasserfall, der sich im Norden aus dem See ergoss, um die legendäre Quelle handeln könnte – eine Theorie, die mehr als zehn Jahre später durch Stanley bestätigt wurde.

Den von Speke beschriebenen Wasserfall kann man heute nicht mehr sehen. Er liegt, flankiert von der Stadt Jinja, unter dem Owen-Falls-Staudamm, Ugandas wichtigstem Wasserkraftwerk. Trotzdem ist der Besuch der Nilquelle nach wie vor eine bewegende und wundersame Erfahrung, nicht zuletzt für diejenigen, die den gleichen Fluss 6'000 km stromabwärts gesehen haben, wo er an den uralten ägyptischen Tempeln von Luxor vorbeifließt.

Näher an seiner Heimat bietet der Nil flussabwärts von Jinja vorzügliche Möglichkeiten für Wildwasser-Rafting-Liebhaber und für Sportfischer. Der absolute Höhepunkt sind jedoch die Murchison-Fälle, wo der längste Fluss der Welt durch einen schmalen Riss im Rift-Abhang drängt, um am Ende krachend in ein 43 m tiefer gelegenes wild schäumendes Becken zu stürzen. Der Nil bleibt aber auch unterhalb der Fälle spektakulär mit seinem artenreichen Vogelleben, den Tausenden von Flusspferden und den riesigen, ihre Mäuler weit aufsperrenden Krokodilen.









Seen & Ssesse-Inseln

Ungefähr ein Viertel der Fläche Ugandas ist von Wasser bedeckt, von den weiten Binnenseen bis hin zum geheimnisvollen Kyogasee, einer sumpfigen Ausdehnung genau im Herzen Ugandas, durch die der Nil auf seinem Weg nach Norden fließt. Das nordwestliche Drittel des Victoriasees, des zweitgrößten Süßwassersees der Welt, gehört zu Uganda, während sich die eindrucksvoll schön gelegenen Albert- und Edwardseen auf dem Grund des Albertine-Rift-Valleys 150 beziehungsweise 80 km entlang der kongolischen Grenze erstrecken.

Der von Bergen umgebene Bunyonyi-See ist berühmt für seine Wasservögel und seine vielen Otter. Er gehört zu den sich am schnellsten entwickelnden Touristenorten am Wasser in Uganda. Überall an den steilen Seeufern und auf den kleinen Inseln liegen rustikale Hotels und Campingplätze. Eine weitere, zunehmend bekannter werdende Attraktion sind die 200 Kraterseen, die sich vom Queen-Elizabeth-Nationalpark nordwärts nach Fort Portal erstrecken und ihren schönsten Punkt in der Umgebung des Kibale-Regenwaldes erreichen, wo verschiedene waldgesäumte Seen zu Ökotourismusprojekten entwickelt wurden, die von örtlichen Gemeinschaften getragen werden.

Der Juwel in der Krone des Victoriasees ist der Ssesse-Archipel, dessen 84 Inseln – einige davon groß und mit einheimischen Fischerdörfern besetzt, andere klein und unbewohnt – alle reichlich Wasser haben und üppig bewaldet sind. Die Menschen vom Festland verehren Ssesse traditionell als die Inseln der Götter, und eine besondere, „Bubembe“ genannte Insel wird als Heimat von Mukasa betrachtet, dem Geist, der über dem Victoria-See wacht. Die Ssesse-Inseln sind ein idealer Erholungsort nach einer langen Safari, und sie bieten auch vorzügliche Gelegenheiten, Vögel zu beobachten und den schwergewichtigen Nilbarsch an die Angel zu kriegen.





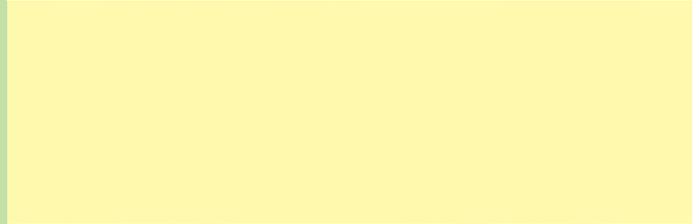
Vögel beobachten

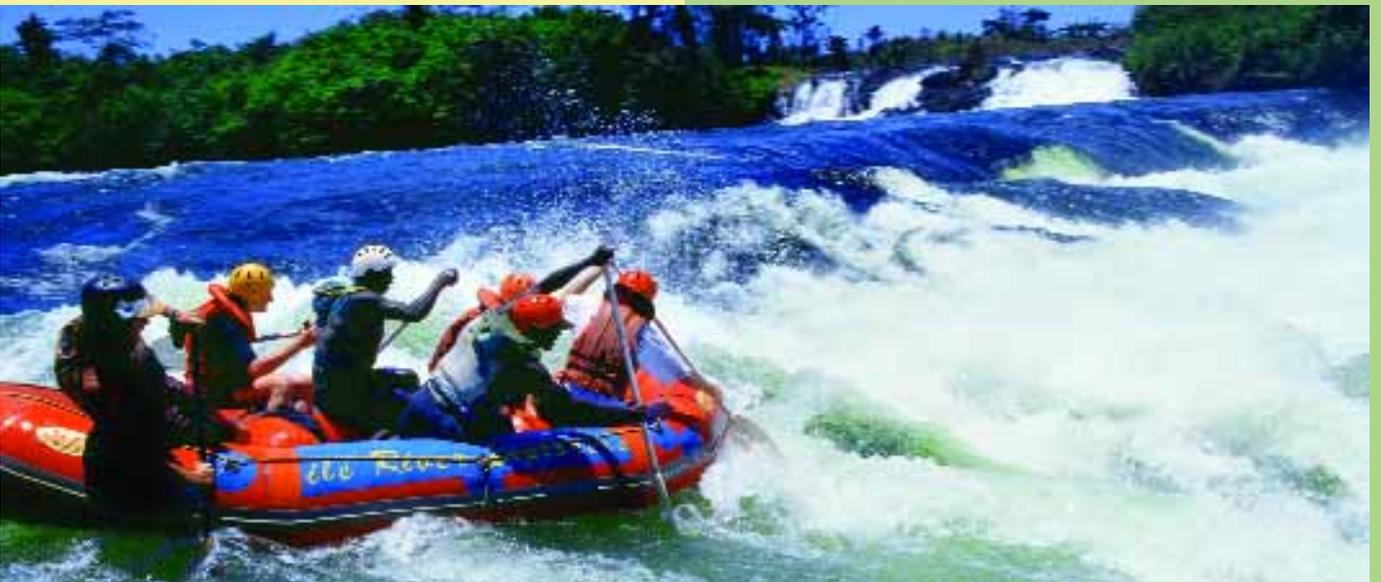
Uganda liegt in der Überganszone zwischen ostafrikanischer Savanne und westlichen Regenwäldern und ist Afrikas Vogelparadies. Auf einer Fläche vergleichbar mit der von Großbritannien gibt es mehr als 1'000 Arten. Es ist für Ornithologen nichts Ungewöhnliches, auf einer zweiwöchigen Exkursion durch den Westen Ugandas die unglaubliche Zahl von 400 beobachteten Arten zu verzeichnen, während es motivierte Amateure in derselben Zeit auf bis zu 300 bringen.

Das Hauptinteresse der Vogelkundler gilt den mehr als 100 westafrikanischen Waldvogelarten, die man in Uganda in ihrem östlichsten – und zugänglichsten – Verbreitungsgebiet beobachten kann. Zu dieser faszinierenden Gruppe von Waldbewohnern gehören zum Beispiel der grellbunte Riesenturako, der raukehlige Grauwangenhornvogel, der Smaragdbreittrachen sowie 23 weitere Arten, die nur im Albertine Rift vorkommen. Und dann ist Uganda der beste Ort, um den Vogel zu beobachten, den viele als den begehrtesten afrikanischen Vogel sehen: den Schuhschnabel, einen mächtigen, prähistorisch aussehenden Sumpfbewohner, dessen auffallendes Merkmal der schwere holzschuhförmige Schnabel ist.

Das Vogelleben ist überall in Uganda reich, doch sollten bestimmte Orte auf jeder Vogelerkundungs-Route verzeichnet sein. Im Westen gehören der Bwindi-Nationalpark mit seinen endemischen Albertine-Rift-Arten dazu, ferner der Queen-Elizabeth-Nationalpark mit seiner konkurrenzlosen Liste von 600 Arten, der Semliki-Nationalpark mit seinen endemischen Kongo-Delta-Arten, Mabamba Swamp in der Nähe von Entebbe mit seinen Schuhschnäbeln, der von Einheimischen unterhaltene geführte Wanderweg durch das Bigodi-Feuchtgebiet in der Nähe des Kibale-Regenwaldes mit dem Riesenturako und anderen farbenfrohen Waldvögeln, der Murchison-Falls-Nationalpark mit seinen Savannenbewohnern wie dem Nördlichen Hornraben, dem Grünstirnsint und der Schwarzflügeltrappe. Ein vorzüglicher Ort für Vogelbeobachtungen in Ost-Uganda ist der Bisinasee, wo der dort heimische Foxweber sowie Papyrus-Bewohner wie der Schuhschnabel und der Papyruswürger stark vertreten sind.







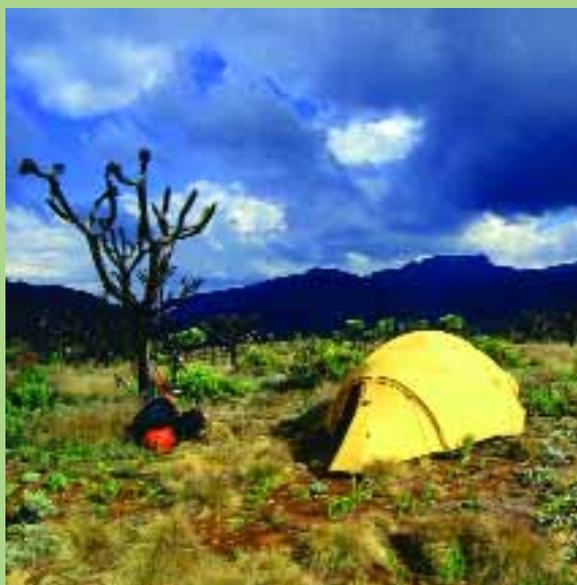


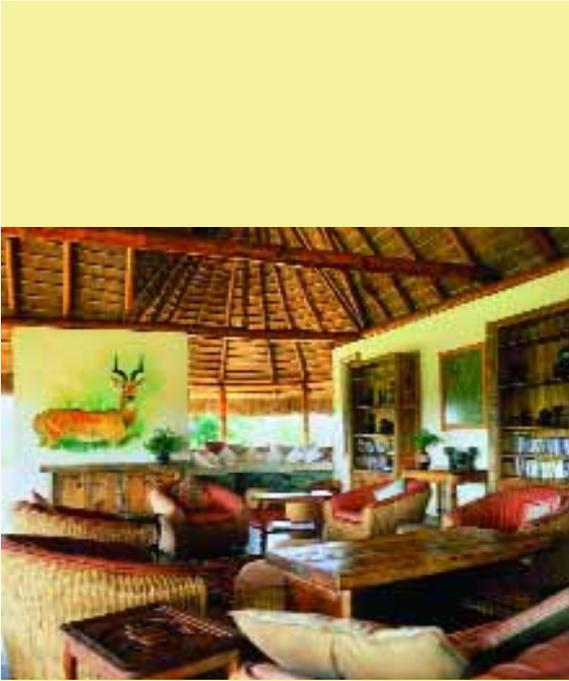
Abenteurer

Uganda ist ein klassisches Ziel für Abenteuer-Touristen. Die etwa eine Fahrstunde östlich von Kampala stromabwärts von der Nilquelle gelegenen Bujagali-Fälle sind Ostafrikas Gegenstück zu den weiter im Süden gelegenen „Adrenalin-Stätten“ wie den Victoriafällen und Kapstadt. Bujagali ist Ausgangspunkt für eine kommerziell betriebene Wildwasser-Rafting-Route, die zu den aufregendsten, aber auch sichersten der Welt gehört. Sie führt an einem einzigen Tag durch drei atemberaubende Grad-fünf-Stromschnellen. Zu den übrigen Attraktionen in Bujagali gehören Kanufahren, Mountainbiken, Quadbiken und neuerdings ein 44 m hoher Bungee-Jump von einer Klippe über dem Nil.

Uganda darf sich dreier nicht miteinander verbundener, über 4'000 m hoher und von Nationalparks geschützten Gebirge rühmen, die zu Afrikas vorzüglichsten Wander- und Klettergebieten zählen. Ambitionierte Bergsteiger werden vom majestätischen Rwenzori-Gebirge angezogen, dessen Trio zerklüfteter, über 5'000 m hoher Gletscherspitzen auch erfahrene Alpinkletterer vor eine Herausforderung stellt. Wer körperlich fit ist und gerne wandert, wird die sechs Tage dauernde Tour durch den Rwenzori-Regenwald und die Mooregebiete so lohnend wie anspruchsvoll finden.

Am weiter östlich gelegenen Mount Elgon, Afrikas achthöchstem Berg, kann man eine ausgezeichnete und zugleich relativ einfache Einführung in das afrikanische Gebirgsklima und seine Vegetation erleben mit – als Höhepunkt – dem Aufstieg zu einem sechs Kilometer breiten Vulkankrater, in dem es viele kleine Wasserfälle, Höhlen und Heißwasserquellen gibt. Eine weiteres lohnendes Ziel für Wanderer ist das Virunga-Gebirge, wo man das Aufspüren von Gorillas mit einem anstrengenden Tagesaufstieg zu einem der drei erloschenen Vulkane ergänzen kann, die vom Mgahinga-Nationalpark geschützt werden und von denen der höchste der 4'127 m hohe Muhabura ist.





Reise-Tipps

Anreise

Der 40 km von der Hauptstadt Kampala entfernte Entebbe International Airport wird von einer Reihe internationaler Fluggesellschaften bedient, so von SN Brussels, British Airways, South African Airways, Kenya Airways, Air Tanzania, Rwandair Express, Egypt Air und Ethiopian Airlines. Uganda kann auch über Land erreicht werden, und zwar von Kenia, Rwanda und Tansania aus.

Bei der Ankunft

Die Beamten vom Zoll und der Einreisebehörde sind höflich und arbeiten effizient. Wer ein Visa benötigt, kann es direkt auf dem Flughafen in Entebbe kaufen oder an einem Grenzübergang. Geldwechselföglichkeiten und Geldautomaten gibt es am Flughafen, wo man auch verschiedene Läden und Restaurants findet. Die meisten Mittelklass- und Luxushotels in Kampala und Entebbe sorgen auf Anfrage für den Flughafentransfer. Dies tun auch in und um die Hauptstadt stationierte Tour-Unternehmen.

Gesundheit

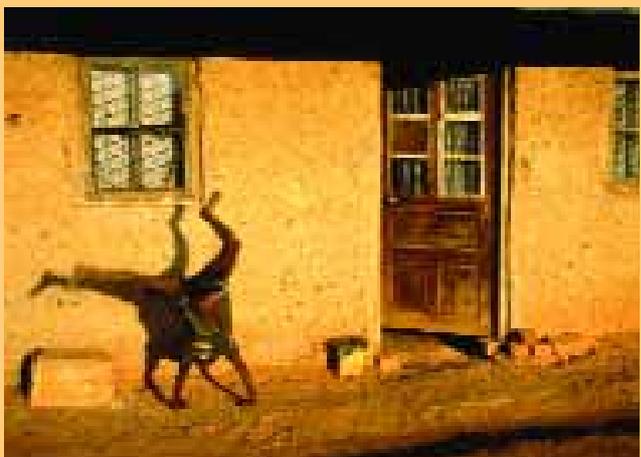
Eine Gelbfieber-Impfbestätigung ist obligatorisch. Zudem sollten alle Besucher prophylaktisch Malariamedikamente nehmen. Empfohlen sei, statt Leitungswasser Flaschenwasser zu trinken.

Geld

Die Landeswährung ist der Uganda-Schilling. Der US-Dollar ist traditionell die bevorzugte harte Währung, doch werden Euro und britische Pfund auch vielenorts akzeptiert. Bargeld in harten Währungen kann man in allen größeren Städten bei Banken und privaten Wechselstuben gegen lokale Währung eintauschen, hingegen wird man Mühe haben, Travellerschecks außerhalb von Kampala einzulösen. Lokale Währung erhält man gegen Visa und andere wichtige Kreditkarten an bestimmten Geldautomaten in Kampala, am Entebbe International Airport und in ein paar weiteren größeren Städten.

Sprache

Gebildete Ugander sprechen die offizielle Sprache Englisch meist fließend. Von den über dreißig verschiedenen einheimischen Sprachen dient Luganda als eine Art *lingua franca*.



Günstige Reisezeit

Uganda kann das ganze Jahr über besucht werden, wenn auch Bergtouren, Gorilla-Exkursionen und andere Waldwanderungen während der Regenzeiten, die ihren Höhepunkt meist von Mitte September bis November und von März bis Mai haben, anspruchsvoller sind.

Kleidung

Tagsüber sind die Temperaturen meist warm bis heiß, man sollte also viel leichte Kleidung mitnehmen. Die Abende sind kühler, vor allem in der Höhe, entsprechend sollte man auch ein paar leichte Pullover einpacken. Wer in den Bergen wandern möchte, wird alpinen Temperaturen ausgesetzt sein und sollte entsprechend vorsorgen. Für Waldwanderungen sind feste Wanderschuhe und robuste Kleidung empfohlen. Nicht vergessen: Hut, Sonnenbrille und eine wasserdichte Jacke!

Ausrüstung

Ein gültiger Pass ist obligatorisch, Visum-Bedingungen sollten vor der Reise abgeklärt werden. Wer Feldstecher und Feldführer mit sich führt, hat mehr von den Tierreservaten und Nationalparks. Ideal fürs Fotografieren von Tieren und Pflanzen ist ein Natur-Zoomobjektiv (70–300 oder ähnlich). Foto-Filme kann man in Kampala kaufen und auch entwickeln lassen. Toilettenartikel und Ähnliches sind in den Städten erhältlich.

Auto fahren

Man fährt links. Wer keine Erfahrungen mit afrikanischen Straßen hat, sollte besser nicht selber fahren, sondern ein Fahrzeug mit Fahrer mieten.

Trinkgeld

Trinkgeld geben ist in einheimischen Hotels und Restaurants nicht Pflicht, trotzdem wird ein Trinkgeld gerne angenommen. In auf Touristen ausgerichteten Restaurants sind 5–10 % normal. Führern und Fahrern sollte man stets Trinkgeld geben.

Weitere Informationen

Uganda: The Bradt Travel Guide ist einer der detailliertesten erhältlichen Reiseführer. Weitere Reiseführer werden von Lonely Planet hergestellt, von Footprint Guides und von Spectrum Guides. Die Uganda Tourist Board Website () enthält Informationen über alle Touristenattraktionen und Schutzgebiete.



Wenn Sie noch mehr über Nationalparks und Schutzgebiete in Uganda wissen möchten, besuchen Sie die Website von Uganda Wildlife Authority: www.uwa.ug.or.



Herausgegeben für das Ugandische Tourismusamt im Rahmen des „Ugandischen Programms für nachhaltige Tourismusedwicklung“, eines Projekts, das durch die Europäische Union finanziert und durch Tourism & Transport Consult International, Dublin, Irland, umgesetzt wird.



Uganda Tourist Board
 13/15 Kimathi Avenue, Impala House
 PO Box 7211, Kampala, Uganda
 Tel +256 (41) 342196/7
 Fax +256 (41) 342188
 Email: utb@starcom.co.ug
www.visituganda.com

Produced for UTB by
 Camerapa (www.camerapa.com) & Fotografik (www.fotografik.biz)
 Designed by Sam Kinani of Camerapa
 Photographs by David Purnell of Fotografik
 Text by Philip Briggs © 2004
 Translations:
 Dr Stefan Bosshard, Dr Nicolas Michel, B. Luisj Principi