

INFORMATIONEN ZUR REISEVORBEREITUNG

USBEKISTAN - Wanderreise

Auf Hirtenpfaden und Pilgerwegen nach Samarkand



biss Aktivreisen

Tel: 030 – 695 68 767

E-Mail: tilo@biss-reisen.de

Stand: Februar 2023

Liebe Teilnehmerinnen und Teilnehmer,

wir begrüßen dich sehr herzlich als Teilnehmer/in unserer Reise. Im Folgenden werden wir als Anrede das „du“ benutzen, wie das auf unseren Reisen üblich ist. Mit Hilfe dieser Infos und Hinweise möchten wir Euch die Reisevorbereitung erleichtern.

Die folgende Zusammenstellung basiert auf jahrelangen Erfahrungen und wird regelmäßig aktualisiert. Dennoch kann es kurzfristige Änderungen geben, auf die wir keinen Einfluss haben. Sind Termin- oder anderweitige Veränderungen absehbar, so werden wir Euch umgehend informieren.

Falls noch Fragen offen geblieben sind, ruft uns bitte an oder schickt eine E-Mail.

Wir wünschen Euch viel Spaß bei der Planung und Reisevorbereitung.

Herzliche Grüße,

das Team von *biss Aktivreisen*

Übersicht

1. Reise.....	3
Reiseverlauf / Übernachtungen / Verpflegung / Anforderungen.....	3
Reiseleiter	4
Einreisebestimmungen (Visum)	4
2. Ausrüstung – Was sollte mitgenommen werden?	4
3. An- und Abreise	5
4. Gesundheitliche Vorsorge	5
5. Wetter	6
6. Geld	6
7. Versicherungen.....	6
8. Erreichbarkeit / Handy / Internet.....	6
9. Fotografieren / Stromversorgung.....	7
10. Verständigung und Sprache	7
11. Rückreise	7
12. Besonderheiten dieser Reise.....	7
13. Hintergrundinfos.....	8
Literaturliste.....	8

1. Reise

Reiseverlauf / Übernachtungen / Verpflegung / Anforderungen

Änderungen des Reiseverlaufes vorbehalten!

Übernachtungen: In den größeren Städten und im Tschimgan-Gebirge übernachten wir in kleinen, familiären Hotels/Pensionen (Zimmer mit Dusche/WC). Auf dem Lande gibt es kaum touristische Infrastruktur. Deshalb übernachten wir im Nuratau-Gebirge in dörflichen Gästehäusern. Diese Gästehäuser wurden im Rahmen eines Projektes der deutschen Entwicklungshilfe gestaltet. Es gibt deshalb „europäische“ Toiletten und auch Duschmöglichkeiten. Dennoch ist alles recht einfach und oft unterscheiden sich die örtlichen Vorstellungen von Sauberkeit auch deutlich von den deutschen. Eine Übernachtung erfolgt in der Wüste in einen Jurtencamp für Touristen (mit Dusche und Toilette auf dem Gelände).

Verpflegung: An den Wandertagen machen wir unterwegs Picknicks. An den Fahr- und Besichtigungstagen verpflegen wir uns mittags in Teehäusern oder machen Picknicks. Das Abendessen nehmen wir in der Regel in einem Restaurant (teilweise im Hotel) ein oder die gastgebenden Familien kochen für uns.

Anforderungen: Wir unternehmen Tageswanderungen ohne Gepäck (3 bis 6 Std. reine Gehzeit). Die täglichen Höhenunterschiede liegen zwischen 300 m und 700 m.

1. Tag:

Flug Frankfurt-**Taschkent**. Ankunft am Abend.

2. Tag:

Geführter Stadtrundgang durch die moderne usbekische Hauptstadt. Wir besichtigen u. a. die **Medrese Kukeldash** in der kleinen Altstadt, das Denkmal für die Erdbebenopfer von 1966 und einige besonders **schöne Metrostationen**. Am späten Nachmittag Transfer ins Tschimgan-Gebirge.

3.-5. Tag:

Das **Tschimgan-Gebirge** ist ein Ausläufer des Tianshan mit bis zu 4.000 m hohen Bergen. Von unserem Hotel aus unternehmen wir **Tageswanderungen in die umliegenden Berge**: auf **alten Hirtenpfaden**, über Almwiesen und zu einem Wasserfall. Am Nachmittag des 5. Tages fahren wir zurück nach Taschkent und besteigen am Abend den **Nachtzug nach Buchara**.

6. Tag:

Am Morgen Ankunft in Buchara. Transfer zum Hotel in der Altstadt. Geführter Stadtrundgang. **Buchara** gilt als die „**heilige Stadt**“ **Zentralasiens**. Hier erwartet uns ein noch fast vollständig erhaltener orientalischer Stadtkern mit vielen historischen Bauten wie der mächtigen Kalon-Moschee oder der **Medrese Mir i Arab**, der größten Koranschule der Region, deren **Kuppeln in leuchtendem Türkis** erstrahlen.

7. Tag:

Heute ist Zeit für eigene Erkundungen in Buchara oder einen Ausflug in die Umgebung, z. B. zum Mausoleum von Bahovuddin Naqshband, dem Begründer des **Sufi-Ordens der Naqshbandi**. Am **Ljabi Chaus**, dem von Moscheen und Medresen gesäumten großen **Teich im Herzen der Altstadt**, kann man am Nachmittag im Schatten uralter Maulbeerbäume eine Schale grünen Tees genießen und einfach dem regen Treiben zuschauen.

8. Tag:

Heute fahren wir in die **Wüste Kysyl Kum** – die Wüste des Roten Sandes. Unterwegs besichtigen wir in der für ihre Keramik bekannten Stadt **Gishduwan** die Werkstatt des **Töpfermeisters Abdullah aka**. In Nurata besuchen wir die **Hasrat-Ali-Quelle**. Die Quelle gilt als heilig und zieht **muslimische Pilger** aus ganz Zentralasien an. In der Wüste übernachten wir in traditionellen Jurten (Filzzelten der Nomaden).

9. Tag:

Am Vormittag unternehmen wir von unserem Jurtencamp aus einen kurzen **Kamelritt durch die Wüste** und besuchen kasachische Hirten und Kamelzüchter. Anschließend fahren wir ins Nuratau-Gebirge. Unterwegs probieren wir bei einem Picknick gebratenen Fisch direkt am Ufer des **Aydarkul-Sees**, der mitten in der Wüste wie eine Fata Morgana vor uns aufgetaucht ist. Am Nachmittag erreichen wir das Dorf Sentob im **Nuratau-Gebirge**, beziehen unser **Quartier bei tadschikischsprachigen Familien** und unternehmen eine

kleine Wanderung durch das Dorf und seine Umgebung. Die große Gastfreundschaft und Herzlichkeit der Familien und die guten Einblicke in das Alltagsleben auf dem Lande, lassen uns den Komfortverzicht fast vergessen.

10.-11. Tag:

Von Sentob aus unternehmen wir zwei **Tageswanderungen in die Berge** und durch die Täler der Umgebung. Abends erwarten uns die Gastfamilien mit einem **reich gedeckten „Vierbeiner“**, einer Art Hochbett, das gleichzeitig als Tisch und Sitzgelegenheit dient. Bei einer Schale grünen Tees ist dann auch Gelegenheit für interessante Gespräche. Am Nachmittag des 11. Tages fahren wir weiter nach Samarkand.

12. Tag:

Samarkand ist eine der ältesten Städte der Welt. Mit ihren **Meisterwerken islamischer Baukunst** wie dem Mausoleum Guri Amir oder der **Bibi Chanym Moschee**, ihrem lebendigen Basar und den niedrigen Lehmhäusern aber auch durch den Einfluss der von Handel und Wandel geprägten postsozialistischen Moderne ist diese Stadt heute *die* Metropole des zentralasiatischen Orients schlechthin.

13. Tag:

Heute fahren wir ins nahegelegene Serawschan-Gebirge und wandern zum **Berg Hasrat Dawud**, einem **islamischen Pilgerort**, der dem Heiligen David (arab.: Dawud) gewidmet ist, der sich hier einst in einer Höhle versteckt haben soll.

14. Tag:

Vormittags ist Zeit für **eigene Erkundungen in Samarkand**. Optional ist auch der Besuch einer Seidentepichmanufaktur möglich. Am späten Nachmittag fahren wir **mit dem Schnellzug** durch die Hungersteppe nach **Taschkent**.

15. Tag:

Frühmorgens Transfer vom Hotel zum Flughafen. Rückflug nach Frankfurt.

Reiseleiter

Sokir Saidow lebt in Samarkand. Er studierte Germanistik und deutsche Sprache in Samarkand und verbrachte ein Jahr als Au pair-Junge in Deutschland. Neben seiner Tätigkeit als Berufsschullehrer arbeitete er einige Jahre auch als Stadtführer in verschiedenen Städten Usbekistans. Seit einigen Jahren ist er überwiegend als Reiseleiter tätig. In dieser Zeit hat er schon viele Radtour- und Wandergruppen von uns in Usbekistan betreut.

Jahongir Xolmuratov wurde kurz vor der Unabhängigkeit Usbekistans geboren. Schon früh interessierte er sich für die deutsche Sprache und so hat er Germanistik und Tourismus studiert. Nach der Absolvierung seines Studiums hat er als Deutschlehrer an einem Lyzeum gearbeitet. In seiner Freizeit wandert er gern und spielt Tennis. Seit 2017 ist er als Reiseleiter in ganz Usbekistan tätig.

Unter Umständen kann auch ein neuer deutschsprachiger Reiseleiter die Tour begleiten. Dieser wird aber vorher von den erfahrenen Reiseleitern umfassend auf diese Tätigkeit vorbereitet.

Einreisebestimmungen (Visum)

Für die Einreise **nach Usbekistan** ist für EU-BürgerInnen und SchweizerInnen kein Visum mehr erforderlich. Für diese Reise ist ein **Reisepass** notwendig. Der Reisepass muss noch mindestens **3 Monate** nach der Reise **gültig** sein. Du solltest auch für den Notfall (Verlust oder Diebstahl) eine Kopie der Seiten Deines Reisepasses mit den persönlichen Daten auf die Reise mitnehmen und diese unterwegs getrennt vom Reisepass aufbewahren.

2. Ausrüstung – Was sollte mitgenommen werden?

Es sollten u. a. folgende Dinge mitgenommen werden:

gute Wanderschuhe;

eine Tagesrucksack (ca. 30 l);

Wanderstöcke sind empfehlenswert, da sie besonders bei steileren Abstiegen, die es manchmal geben wird, die Knien entlasten;

Trinkflasche;

Taschenmesser;

Taschenlampe;

Regenschutz und Anti-Mücken-Mittel (obwohl es manchmal weder regnet noch Mücken gibt, doch das ist nicht immer so);

notwendige Medikamente u. ä. (auch Pflaster, Verbandszeug usw.);

ein warmer Pullover, Socken und eine nicht allzu dünne Jacke (da es abends manchmal recht kühl sein kann);

Sonnenbrille;

Kopfbedeckung (Tuch, Mütze) als Schutz vor einem Sonnenstich;

Sonnenschutzcreme mit höherem Lichtschutzfaktor;

Handtücher (bei den Familienunterkünften werden keine gestellt);

Nehmt auch einige Fotos von Eurer Stadt und überhaupt über Deutschland mit, diese kommen bei Begegnungen mit Einheimischen meist sehr gut an.

Ein Steckdosen-Adapter ist NICHT erforderlich, da es in Usbekistan die gleichen Steckdosen wie bei uns gibt!

Es kann hier nicht alles aufgezählt werden, was gebraucht wird, da dies ja auch von Mensch zu Mensch unterschiedlich ist.

3. An- und Abreise

Für die Anreise zum Flughafen empfehlen wir die Bahn.

Hier bieten sich **Rail&Fly-Tickets** an (Preis: s. Reiseausschreibung), die zusammen mit dem Flug gebucht werden können. Dazu musst Du bei der Buchung angeben, dass Du ein Rail&Fly-Ticket dazu buchen willst. Nach der Ausstellung der Flugtickets ist es nur noch gegen eine zusätzliche Gebühr von 30,- € möglich, ein Rail&Fly-Ticket dazu zu buchen. Rail&Fly-Tickets haben keine Zugbindung und gelten auch schon am Tag vor dem Hinflug und am Tag nach dem Rückflug.

Eine Reservierung musst Du Dir, falls gewünscht, selbst besorgen.

Dein (elektronisches) Flugticket wird Dir ca. 10 Tage vor der Reise zugeschickt.

4. Gesundheitliche Vorsorge

Die Frage nach der Notwendigkeit von Impfungen ist nicht so leicht zu beantworten. Nach unserer bisherigen Erfahrung braucht man nicht unbedingt eine Impfung. Für die Einreise sind **keine Impfungen vorgeschrieben**. Das Tropeninstitut empfiehlt aber Impfungen gegen Hepatitis-A und Tetanus. Du solltest Deinen Hausarzt bezüglich einer Impfung konsultieren. Im Internet findest Du unter www.gesundes-reisen.de weitere Hinweise.

In Zentralasien kann es durch eine teilweise mindere Trinkwasserqualität sowie weitere Faktoren wie andere Bakterien als in Europa, höhere Temperaturen, falscher Ehrgeiz (= Überanstrengung) zu akuten Magen-Darm-Verstimmungen kommen. Bei einzelnen Leuten waren diese in der Vergangenheit auch mit hohem Fieber, Übelkeit und Erbrechen verbunden. Doch meist war dies nach einem Tag wieder vorbei. Obwohl man in so völlig andersartigen Regionen wie Zentralasien Durchfall u.ä. wohl nie ganz vermeiden kann, sollte jedoch die nicht geringe Gefahr durch Beachtung folgender Hinweise minimiert werden:

- ➔ Nie unabgekochtes Wasser trinken.
- ➔ Der Verzehr von nicht schälbarem Obst und Gemüse ist problematisch (auch wenn das große Angebot verlockend ist), besonders bei Honigmelonen ist Vorsicht geboten, da diese oft mit Düngemitteln belastet sind.

Wir möchten ausdrücklich darauf hinweisen, dass neben unabgekochtem Wasser rohes Obst und Gemüse generell natürlich der Hauptgrund für Magen-Darm-Probleme sind, da bei gekochten Speisen alle Bakterien durch das Kochen abgetötet werden. Zumindest am Anfang der Reise empfiehlt es sich deshalb, möglichst wenige oder gar keine rohen Sachen zu essen, damit sich der Magen-Darm-Trakt auf die anderen Verhältnisse umstellen kann.

- ➔ Sollte es Dich trotzdem „erwischen“, dann ist es besser, mal einen Tag nur Brot und schwarzen Tee (keinen grünen!) zu sich zu nehmen und auf körperliche Aktivitäten zu verzichten, auch wenn die Tagesetappe nicht anstrengend erscheint.
- ➔ Unbedingt zu empfehlen ist die Mitnahme von Mineraltabletten (Elektrolyten), Traubenzucker und anderen "Energiespendern" (z.B. Müsliriegel u.ä.).
- ➔ Eine kleine Auswahl an Medikamenten (nicht nur gegen Magen-Darm-Verstimmungen, sondern z.B. auch Antibiotika gegen Darmbakterien, fiebersenkende und schmerzlindernde Mittel sowie ein Mindestmaß an Verbandszeug, Pflaster u.ä.) sollte man ebenfalls dabei haben. Wer die Neigung hat, auf ungewöhnliche (Klima)Verhältnisse und Ernährung mit körperlichen Beschwerden zu reagieren, sollte sich von einem Arzt beraten und u.U. Medikamente empfehlen lassen.

5. Wetter

Im Frühling und Herbst liegen die Tagestemperaturen – je nach Höhenlage - zwischen 15 und 30 Grad (selten darüber). Im April eher zwischen 15 und 25 Grad. Es ist aber eine sehr trockene und dadurch relativ gut auszuhaltende Wärme. Eine Kopfbedeckung als Schutz vor einem Sonnenstich und eine Sonnenschutzcreme mit höherem Lichtschutzfaktor sind aber unbedingt erforderlich. Abends und nachts kühlt es meist recht schnell ab (vor allem in der Wüste). Die Nachttemperaturen liegen zwischen 5 und 15 Grad. Im Extremfall kann es im April und Oktober auch schon mal leichten Bodenfrost geben. Die Regenwahrscheinlichkeit ist im Frühjahr etwas größer als im Herbst. Wenn es mal regnet, dann sind es meist nur kurze aber eher heftige Schauer. Fast nie gibt es mehrere Regentage hintereinander. Im Herbst kann es passieren, dass es 2 Wochen lang überhaupt nicht regnet.

6. Geld

In Usbekistan kann man fast ausschließlich bar bezahlen (die Währung heißt "Usbekischer Sum"). Geldautomaten gibt es so gut wie keine. Die wenigen, die es gibt, funktionieren nur unregelmäßig. Also man sollte Bargeld (Euro oder Dollar) dabei haben.

Für die nicht im Reisepreis enthaltene Verpflegung und Getränke braucht man ca. 150 – 200 Euro.

HINWEIS:

Du solltest im Land in der Öffentlichkeit Dein Geld niemals auffällig zeigen. Beim Bezahlen sollten nicht gleich mehrere Dollar- oder Euroscheine aus Deinem Portemonnaie hervorschauen, da das die Leute nur unnötig provozieren würde. Die Geldreserven und die Reiseunterlagen sollten an einer sicheren Stelle am Körper (z.B. Brustbeutel, Geldriemen) getragen werden. Diese Ratschläge sollten vor allem in den größeren Städten berücksichtigt werden, und dort besonders beim Einkaufen an den von Dieben bevorzugten Orten (Basaren).

Vom Geldwechsel auf der Straße raten wir ab, weil unter den Leuten, die Euch daraufhin ansprechen, viele Betrüger sind!

7. Versicherungen

Eine Reise-Rücktritts-Versicherung solltest Du unbedingt abschließen (s.a. Hinweise auf der Anmeldebestätigung). Wir empfehlen außerdem den Abschluss einer Reisekrankenversicherung.

Eine Reiseversicherung kannst Du auf unserer Internet-Seite abschließen:

www.biss-reisen.de/service/reiseversicherungen/

Die Notwendigkeit einer Reisegepäckversicherung ist fraglich. Zum Glück passierte es bisher sehr selten, dass Gepäck gestohlen wurde. Wertsachen, wie z.B. teuren Schmuck, solltest Du sowieso lieber zu Hause lassen, da die Ausstellung eines polizeilichen Protokolls über einen Diebstahl in unseren Reiseländern ziemlich schwierig, teilweise unmöglich ist. Auf die mitgeführte Kamera oder andere elektronische Geräte (Smartphones, Tablets u. ä.) musst Du in den größeren Städten gut aufpassen.

8. Erreichbarkeit / Handy / Internet

Unsere Reiseleiter sind, sofern es das Funknetz zulässt, über ein Handy mit einheimischer Telefonnummer erreichbar. Wenn jemand aus Deutschland eine wichtige Nachricht an euch weiterleiten möchte und erreicht euch oder den Reiseleiter nicht, so kann er/sie sich auch an unser Büro wenden, dort liegen die aktuellsten Informationen (z.B. Änderungen im Reiseverlauf oder kurzfristig geänderte Telefonnummern) vor.

Handys funktionieren abgesehen von einigen Wüsten- und den Bergregionen fast überall. Allerdings ist der Empfang außerhalb der größeren Städte meist ziemlich schlecht. In größeren Städten gibt es auch Internetcafés und in den Hotels meist ein WLAN-Netz. Postkarten benötigen in der Regel von Zentralasien nach Deutschland 2 bis 6 Wochen.

9. Fotografieren / Stromversorgung

Gegen das Fotografieren haben die Menschen in Zentralasien meist keine Abneigung. Ganz im Gegenteil. Viele Leute werden Dich regelrecht darum bitten (manchmal fast schon nötigen), sie zu fotografieren. Dennoch kann es in Zentralasien, aufgrund wiedererwachter religiöser Gefühle, mit dem Fotografieren problematisch werden. Man sollte sich deshalb von Fall zu Fall mit dem Reiseleiter beraten. Das Fotografieren auf Flughäfen und vom Flugzeug aus sowie in der Nähe militärischer Objekte ist verboten. Alle Städte und Dörfer sind an das Stromnetz angeschlossen. Die Stromspannung ist die gleiche wie bei uns (220 V, 50 Hz). Auch die Steckdosen sind gleich oder unterscheiden sich nur geringfügig, so dass kein Adapter erforderlich ist.

10. Verständigung und Sprache

Die Turksprache Usbekisch ist weitläufig mit Türkisch verwandt und wird außer in Usbekistan auch in einigen Regionen Tadschikistans gesprochen. Die iranische Sprache Tadschikisch ist sehr eng mit dem im Iran gesprochenen Persisch (Farsi) verwandt. Außer in Tadschikistan ist es auch in einigen Regionen Usbekistans, z.B. in den Städten Samarkand und Buchara, wo die Mehrheit der Einwohner Tadschikisch spricht, oder in den Bergdörfern des Nuratau-Gebirges verbreitet. Viele Menschen in Zentralasien sprechen außerdem noch mehr oder weniger gut Russisch, das als Wirtschafts- und teilweise auch als Verwaltungssprache nach wie vor eine große Bedeutung hat. Englisch dagegen wird außerhalb touristischer Zentren kaum gesprochen. Wenn, dann meist von jüngeren Leuten in den Großstädten. Unsere Reiseleiter werden daher bei den Begegnungen mit Einheimischen als Dolmetscher fungieren.

11. Rückreise

Am Vorabend der Rückreise gibt es ein Abschiedsessen. Wir können dann auch den Termin für ein "Nachtreffen" in Deutschland festlegen, wo wir uns den Abend angenehm gestalten und Reisebilder anschauen können.

Es dürfen die beim europäischen grenzüberschreitenden Verkehr üblichen Waren in unsere Reiseländer ein- und ausgeführt werden.

Eine Zollerklärung muss nur noch ausgefüllt werden, wenn man mehr als 3.000 Dollar (bzw. den umgerechnet gleichen Betrag in anderen ausländischen Währungen) mitführt.

12. Besonderheiten dieser Reise

Es ist unser Bestreben, Euch zu einem möglichst vielfältigen Bild von der Reiseregion zu verhelfen. Wir werden die Region menschnah erleben und Gespräche mit den Leuten dort führen.

Bei dieser Reise rechnen wir auch mit Deinem Teamgeist und Deiner aktiven Mitwirkung.

Nun möchten wir uns an jene Leute wenden, die immer jeden Schritt ganz genau im Voraus wissen wollen. Wir bitten Euch, sich auf Eventualitäten einzulassen, und entstehende Probleme gemeinsam mit uns anzugehen. Klare Regelungen wie in Deutschland gewohnt, sind in der Reiseregion leider nicht zu haben. Manchmal werden Vereinbarungen und Abmachungen trotz genauer vorheriger Absprache von unseren einheimischen Partnern nicht eingehalten und es kann zu Wartezeiten kommen. Oftmals ist von uns einiges an Improvisationsvermögen gefordert. Doch wir haben in den vielen Jahren, in denen unsere Reisen schon stattfinden, die Erfahrung gemacht, dass auch in den kompliziertesten Situationen eine für alle ReiseteilnehmerInnen annehmbare Lösung gefunden werden kann. Und übrigens bringen die dynamischen Verhältnisse in der Reiseregion nicht nur negative, sondern häufig auch positive Überraschungen hervor.

Es gibt sicherlich noch eine Reihe von Dingen, von denen hier nicht gesprochen wurde. Wir haben versucht, auf alles einzugehen, was Du vor der Reise wissen musst. Dinge, die in Deutschland genauso sind wie in der Reiseregion, blieben meistens unerwähnt.

Solltest Du Fragen haben, dann rufe uns einfach an oder schicke eine E-Mail! Sollte mal nur der Anrufbeantworter dran sein, dann hinterlasse einfach eine Nachricht, wir rufen zurück, gern auch außerhalb unserer Bürozeiten!

Tel.: 030 – 695 68 767

E-Mail: tilo@biss-reisen.de

13. Hintergrundinfos

Literaturliste

Peter Böhm, „Tamerlans Erben. Zentralasiatische Annäherungen“, Picus Verlag 2005

Mit dem Zerfall der Sowjetunion wurde in den vergangenen Jahren nicht zuletzt auch der Blick frei für die vielen in diesem Reich einst zusammengefassten Länder - so etwa jene Zentralasiens. Weil sie der europäische Teil der Sowjetunion nicht mehr haben wollte, wurden sie im Herbst 1991 unabhängig und mussten auf einmal einen neuen Rahmen für ihre Existenz finden. Peter Böhm zeichnet in seinen Reportagen aus dieser Region eindringlich nach, in welche tiefe Unsicherheit diese Periode des radikalen Umbruchs die Menschen gestürzt hat. Überall versuchen die Eliten der fünf »Stans« das Vakuum zu füllen, das der Zerfall der Sowjetunion bei ihnen hinterlassen hat. Sie kämpfen zugleich mit dem schwierigen Erbe der UdSSR und ebenso mit den nicht geklärten Grenzen und der Verzerrung ihrer nationalen Traditionen.

Bert Fagner u. Andreas Kappeler (Herausgeber), "Zentralasien. 13. bis 20. Jahrhundert. Geschichte und Gesellschaft", Promedia Verlag Wien 2006, 228 Seiten

Die Revolution im Iran, die Kriege in Afghanistan, der Kollaps der Sowjetunion und die Entstehung fünf neuer Staaten sowie die damit verbundenen strategischen und ökonomischen Interessen der USA, Russlands und anderer Mächte haben Zentralasien in den letzten Jahrzehnten in den Blickpunkt des politischen Interesses gerückt. Das Buch will Informationen über den historischen Raum Zentralasien vermitteln, die zur Orientierung einer breiteren Öffentlichkeit in Geschichte und Gegenwart beitragen sollen.

Erika Fatland, „Sowjetistan: Eine Reise durch Turkmenistan, Kasachstan, Tadschikistan, Kirgisistan und Usbekistan“, suhrkamp taschenbuch, 2017

Eine Reise durch die ehemaligen Sowjetrepubliken Zentralasiens: Turkmenistan, Kasachstan, Tadschikistan, Kirgisistan und Usbekistan. Voller Fragen, Neugierde und Abenteuerlust machte sich die norwegische Journalistin Erika Fatland auf in diesen so fernab gelegenen Teil der Welt. „Sowjetistan“ ist das Ergebnis dieser Reise: eine beeindruckende Reportage voller erstaunlicher, ergreifender und skurriler Geschichten, Begebenheiten und Begegnungen, die einem immer wieder aufs Neue die Augen öffnen.

Katja Koch, „Kulturschock Usbekistan“, Reise-Know-How Verlag Bielefeld

Dieses Buch durchleuchtet die historische Entwicklung Usbekistans, vom Großreich Dschingis Khans über den „sozialistischen Feldversuch Sowjetunion“ bis in die postsozialistische Moderne und zeigt ein Land zwischen Orient und Smartphone, Schleier und Minirock, Moscheen und Plattenbauten, Klanstrukturen und Demokratie. Die Autorin geht mit dem Reisenden auf die Suche nach einer Nation und hilft, ein erstaunliches, überraschendes und modernes Usbekistan zu finden.

Michael Korotkow, „Usbekisch Wort für Wort“, Kauderwelsch-Reihe des Reise Know How Verlags **Bielefeld**
Ein Usbekisch-Sprachführer aus der praktischen Kauderwelsch-Reihe. Auch ohne Vorkenntnisse kann man schnell mit dem Sprechen anfangen.

Klaus Pander, "Zentralasien". Usbekistan, Kirgisistan, Tadschikistan, Turkmenistan, Kasachstan. Du Mont Buchverlag Köln

Ein "klassischer" DuMont-Kunstreiseführer. Neben einer hervorragenden Beschreibung islamischer Kunst, vor allem der Baukunst, ist auch das Kapitel zur älteren Geschichte Zentralasiens sehr zu empfehlen.

Marie-Carin von Gumpfenberg, Udo Steinbach (Herausgeber), „Zentralasien. Geschichte Politik Wirtschaft. Ein Lexikon“, Verlag C.H. Beck München 2004

In ausführlichen Länderporträts werden die zentralasiatischen Staaten vorgestellt. Fundierte Kurzartikel konzentrieren sich auf die wichtigsten aktuellen Entwicklungen in Politik, Wirtschaft und Gesellschaft. Zahlreiche Beiträge beziehen sich auch auf die Geschichte dieser Region, ihre Kultur, ihre Geographie und ihre Menschen.

**Marga Kreckel, „Mein Usbekistan. Eine persönliche Reisebegleitung“, Mitteldeutscher Verlag
Halle/S. 2008, 248 Seiten**

Fasziniert vom Orient schon von Kindheit an besuchte die Autorin Usbekistan. Mit ihrer Kamera fängt sie das Einmalige dieser von ethnischer und religiöser Vielfalt geprägten Kultur ein und beschreibt Formen des Zusammenlebens, die die Jahrhunderte überdauert haben. Ein sehr persönlicher Reisebericht.

* * *

Ella Maillart, "Turkestan Solo. Eine Frau reist durch die Sowjetunion" Edition Erdmann im K. Thienemanns Verlag Stuttgart-Wien 1990, (nur noch in Bibliotheken oder im Antiquariat zu finden)

Ein Buch über die abenteuerliche Reise, welche die Schweizer Reiseschriftstellerin im Jahre 1932 teilweise als Alleinreisende durch Sowjet-Zentralasien unternahm. Das Buch vermittelt sehr viel Interessantes über die Verhältnisse in der Region unserer Reise zu Beginn der dreißiger Jahre.

* * *

Belletristik: Den Bogen vom Leben in Zentralasien zu allgemeinemenschlichen Problemen spannen viele Bücher des in Deutschland sehr bekannten kirgisischen Schriftstellers Tschingis Aitmatow ("Dschemila", "Der weiße Dampfer", "Der Tag zieht den Jahrhundertweg" u.a.)