

Vorwort	11
I. LAND UND LEUTE	12
Uganda auf einen Blick	13
Die Regionen und Distrikte Ugandas	15
Historischer Überblick	18
Zeittafel Uganda	18
Frühgeschichte Ugandas	21
Die ersten Hominiden 21 • Völkerwanderungen 22	
Zeit der Königreiche	23
Die Herausbildung von Königreichen 23 • Bugandas Blütezeit 25 • Arabische Händler, Sklavenjäger, die ersten Europäer 27 • Ägypten und die Nilquellen 27 • Die Zeit der neuen Religionen 28	
Die Kolonialzeit	29
Taufziehen zwischen Deutschland und England 29 • British East Africa 29 • Das britische Protektorat Uganda 31	
Das unabhängige Uganda	32
Der lange Weg zur Unabhängigkeit 32	
Das erste Obote-Regime	33
Das Land unter Idi Amin	34
Staatsstreich 34 • Konflikt mit den Asiaten 35 • Amins Innen- und Außenpolitik 35 • Krieg mit Tansania 36	
Das zweite Obote-Regime	36
Obotes Rückkehr 36 • Der Terror bleibt 37	
Das neue Uganda	38
Museveni NRA und NRM 38 • Vom Einparteiensstaat und Demokratie 38 • Die aktuelle politische Lage 41	
Landschaftlicher Überblick	43
Klima	43
Übersicht 43 • Temperaturen 43 • Luftfeuchtigkeit 45 • Niederschläge 45	
Landschaften	45
Gewässer	47
Die Flüsse – Adern des Lebens 47 • Die Seen 48	
Nationalparks und Schutzgebiete	49
Bwindi Impenetrable National Park 49 • Kibale National Park 50 • Kidepo Valley National Park 51 • Lake Mburo National Park 51 • Mgahinga Gorilla National Park 51 • Mount Elgon National Park 54 • Murchison Falls National Park 54 • Queen Elizabeth National Park 54 • Ruwenzori Mountains National Park 55 • Semliki National Park 55	
Pflanzenwelt	57
Tierwelt	58
Überblick 58 • Säugetiere 59 • Vögel 60 • Reptilien und Amphibien 60 • Fische 61 • Insekten und Gliedertiere 61 • Kleines Kaleidoskop ostafrikanischer Säugetiere 61	

Wirtschaftlicher Überblick	77
Überblick	77
Landwirtschaft	77
Außenhandel und Industrie	79
Tourismus und Infrastruktur	80
Ausblick	82
Die Gesellschaft Ugandas	82
Bevölkerung	82
Uganda – ein Vielvölkerstaat 82 • Bevölkerungsstruktur 82 • Die ethnischen Gruppen und Völker 84	
Die Sprachen	93
Die Religionen	94
Die christlichen Kirchen 94 • Der Islam in Uganda 95 • Naturreligionen 96	
Das Bildungssystem	96
Schulbildung 96 • Universitäten 98	
Der moderne Staat	99
2. UGANDA ALS REISEZIEL	100
Allgemeine Reisetipps von A–Z	101
Das kostet das Reisen in Uganda	156
Reisen in Uganda: Routenvorschläge	160
3. KAMPALA UND DER VICTORIA-SEE	162
Kampala	163
Redaktionstipps 163	
Überblick	163
Lage und Klima	164
Geschichte	164
Stadtrundgang	166
Weitere Sehenswürdigkeiten	169
Nommo Gallery 169 • Uganda National Museum 169 • Namirembe Cathedral 170 • Rubaga Cathedral 171 • Mengo Palace (Lubiri Palace) 171 • Buganda Parliament & Supreme Court 172 • Uganda National Mosque 173 • Aga Khan Jamatkhana 173 • Kasubi Tombs 174 • Baha'i- Tempel 175 • Hindutempel Shree Sanatan Dharma Mandal 175	
Ausflüge in die Umgebung von Kampala	178
Am Victoria-See nahe Kampala 178 • Wamala Tombs 178	
Entebbe	196
Überblick	196
Ausflugsziele	198
Wildlife Education Centre – Entebbe Zoo 198 • Botanischer Garten 199 • Ngamba Island und das Schimpansen-Reservat 199 • Mabamba Wetland 203	
Der Victoria-See	210
Überblick	210

Das Westufer des Victoria-Sees	212
Überblick 212 • Mpigi und Mpambire 213 • Mpanga Forest Reserve 214 • Nabusanke 215 • Masaka 216	
Ssesse-Inselarchipel	222
Strecke von Masaka zum Victoria-See und nach Tansania	229
Das Nordufer des Victoria-Sees	230
Abstecher Namugongo-Schrein 230 • Mabira Forest Reserve 232	
Jinja	235
Überblick 235 • Geschichte 235 • Sehenswertes 237	
Am Weißen Nil	246
Wassersport am Weißen Nil (Bujagali Falls) 246	
4. DER OSTEN UGANDAS	252
Redaktionstipps 254	
Unterwegs zwischen Nil und kenianischer Grenze	253
Fahrt von Jinja über Iganga nach Tororo	253
Iganga 253 • Busia 254 • Malaba 257 • Tororo 258	
Mbale	260
Überblick 260 • Geschichte 261 • Aktivitäten/Sehenswürdigkeiten 262	
Abstecher zum Kyoga-See	266
Mount Elgon Plateau / Sipi Falls	267
Mount Elgon National Park	270
Überblick 270 • Lage und Klima 270 • Entstehungsgeschichte 270 • Geschichte 271 • Tierarten im Nationalpark 272 • Wanderrouten 272	
Moroto-Region	276
Pian Upe Wildlife Reserve	276
Überblick 276 • Lage und Klima 277 • Tiere im Pian Upe Wildlife Reserve 278	
Moroto	280
Überblick 280 • Die Wildschutzgebiete in der Umgebung 280 • Aktivitäten/Sehenswürdigkeiten 281	
Fahrt zum Kidepo Valley National Park	283
Kidepo Valley National Park	284
Überblick	284
Lage und Klima	285
Die Tierwelt im Kidepo Valley	285
Weiterfahrt nach Westen und Südwesten	288
5. DER NORDEN UGANDAS	290
Redaktionstipps 291	
Um den Kyoga-See	291
Der Kyoga-See	291
Überblick 291	
Strecken zum See	292
Fahrt von Jinja zum Kyoga-See 292 • Fahrt vom Kidepo Valley National Park zum Kyoga-See 292	

Im Osten und Norden des Kyoga-Sees	298
Soroti 299 • Lira 301	
Karuma Falls	303
Karuma Wildlife Reserve	303
Nordwest-Uganda	305
Gulu	305
Überblick 305 • Geschichte 305	
Adjumani	309
Pakwach	310
Arua	312
Mount Kei Sanctuary 312	
Der äußerste Norden	314
Überblick	314
Kitgum	315
Von Kitgum weiter nach Nordwesten	317
Moyo 317	
6. DER WESTEN UGANDAS	318
Redaktionstipps 319	
Strecke von Kampala nach Masindi	319
Überblick	319
Ziwa Rhino Sanctuary	319
Masindi	322
Überblick 322 • Geschichte 322 • Ausflüge von Masindi 323	
Murchison Falls National Park	329
Überblick	329
Geschichte	329
Tiere im Nationalpark	331
Aktivitäten im Park	332
Die Umgebung des Murchison Falls National Park	341
Budongo Forest Reserve	341
Überblick 341 • Geschichte 342 • Tiere und Pflanzen im Reservat 342 • Aktivitäten 342	
Karuma Wildlife Reserve	344
Bugungu Wildlife Reserve	346
Von Masindi zum Albert-See	347
Überblick	347
Der Albert-See	348
Der Ost- und Zentralafrikanische Grabenbruch 349	
Strecke zum Ruwenzori-Gebirge	350
Hoima	351
Überblick 351 • Geschichte 351	
Strecke von Kampala direkt nach Fort Portal	353
Mityana 353 • Wamala-See 354 • Weiter von Mityana nach Mubende 355 • Mubende 355 • Von Mubende nach Fort Portal 356	

Fort Portal	356
Überblick 356 • Geschichte 357 • Sehenswertes 358	
Ausflüge von Fort Portal	366
Kasenda-Kraterseen 366	
Katonga Wildlife Reserve	370
Überblick 370 • Geschichte 370 • Aktivitäten 370	
Kibale National Park	372
Überblick 372 • Lage und Klima 372 • Geschichte 373 • Tiere im Kibale National Park 373 • Aktivitäten 375	
Bigodi Wetland Sanctuary	377
Strecke Kibale Forest nach Mbarara 379	
Abstecher in den äußersten Westen (Semliki)	379
Überblick 380 • Geschichte 380 • Tierwelt 381 • Aktivitäten 381	
Semliki National Park	383
Überblick 383 • Geschichte 384 • Tier- und Pflanzenwelt im Semliki National Park 384 • Aktivitäten 385	
Bundibugyo	387
Strecke von Fort Portal nach Kasese	388
Kasese	390
Ruwenzori Mountains National Park	392
Überblick	392
Geschichte	392
Lage und Klima	395
Wander- und Trekkingrouten	396
Der Ruwenzori-Rundweg (Central Circuit oder Loop Trail genannt)	398
7. DER SÜDEN UGANDAS	404
Redaktionstipps 405	
Überblick	405
Queen Elizabeth National Park	405
Überblick	405
Lage und Klima	406
Geschichte	407
Das Gebiet nördlich des Kazinga	409
Das Gebiet südlich des Kazinga	410
Ishasha-Sektor	410
George- und Edward-See	411
Tierleben im Queen Elizabeth National Park	412
Aktivitäten	413
Die Enklaven Katwe und Kasenyi	415
In der Umgebung des Queen Elizabeth National Park	421
Kyambura Wildlife Reserve	421
Kigezi Wildlife Reserve	422
Kalinzu Forest Reserve	424
Wanderwege im Kalinzu Forest Reserve 424	

Kasyoha-Kitomi Forest Reserve	426
Wanderwege im Kasyoha Kitomi Forest Reserve	426
In den äußersten Südwesten Ugandas	427
Fahrt nach Kabale	427
Kabale	428
Überblick 428 • Geschichte 428 • Aktivitäten 428	
Gatuna (Grenze zu Ruanda)	432
Bunyonyi-See	432
Flora und Fauna am See 433 •	
Die wichtigsten Inseln und ihre Geschichte 434	
Bwindi Impenetrable National Park	440
Überblick 440 • Aktivitäten 441 • Lage und Klima 441 •	
Geschichte 442 • Gorillas in Bwindi 444 • Tierarten im	
Bwindi-Wald 446 • Pflanzenwelt im Bwindi-Wald 446 •	
Aktivitäten im Bwindi Impenetrable National Park 446 •	
Gorilla-Tracking 448	
Grenzregion zu Ruanda	453
Überblick	453
Kisoro	453
Umgebung von Kisoro	458
Aktivitäten und Sehenswürdigkeiten 458	
Mulehe- und Mutanda-See (Kisoro-Distrikt)	459
Mgahinga Gorilla National Park	460
Überblick 460 • Geschichte 461 • Lage und Klima 463 •	
Die Tierwelt des Mgahinga Gorilla National Park 464 •	
Besuch der Berggorillas 465 • Aktivitäten 465	
Mbarara und Umgebung	469
Überblick	469
Nkokonjeru Tombs	470
Ausflug ins Dreiländereck	472
Lake Mburo National Park	473
Überblick 473 • Lage und Klima 474 • Geschichte 474 •	
Die Tier- und Pflanzenwelt am Mburo-See 476 •	
Aktivitäten im Lake Mburo National Park 477	
8. ANHANG	480
Literaturtipps	481
Tiere Ugandas	484
Bildnachweis	487
Stichwortverzeichnis	488