



KENIA

Tsavo: Wo die roten Elefanten leben
Entdeckungstour durch Kenias größten Nationalpark

Weißer Sandstrand, blaues Meer
Diani Beach macht Urlaubsträume wahr

Reisen mit
**Insider
Tipps**

Die wichtigsten MARCO POLO Highlights!

Diese Highlights sind im Reiseatlas, in der Faltkarte und auf dem hinteren Umschlag eingezeichnet



9 MASAI MARA
Savanne, so weit das Auge reicht, und die besten Chancen, die begehrten Big Five vor die Linse zu bekommen: Die Masai Mara ist das Topziel für Fotosafaris in Kenia → S. 78

10 ABERDARES
Kenia mal ganz anders: In den Mooren und dichten Wäldern des Gebirgszugs verstecken sich Elefanten, Leoparden und die seltenen Bongos → S. 80

11 MERU NATIONAL PARK
Kenias bestgehütetes Safarigeheimnis: In dem nahezu menschenleeren Park hat man die atemberaubende Wildnis ganz für sich allein → S. 85

12 MOUNT KENYA
Der heilige Berg der Kikuyu – ein Traum für Bergsteiger und Wanderer → S. 86

13 SAMBURU
Atemberaubende Tierwelt im wüsten Norden: Grevy-Zebras, Gerenuks und Netzgiraffen → S. 87

14 KAMELSAFARI IM SAMBURULAND
Trekken wie die Nomaden: Wo Kenias Straßen enden, geht es nur noch auf dem Wüstenschiff voran → S. 88

15 KISITE-MPUNGUTI MARINE NATIONAL PARK
Safari unter Wasser: Hier ist die farbenfrohe Wunderwelt des Indischen Ozeans noch in Ordnung → S. 107

1 DHOW-FAHRTEN
Bei einer Tour auf einem der igrigen Boote den glitzernen Ozean und die Trauminsel Lamu genießen → S. 36

2 TAMARIND
Ob Hummer, Krebs oder Fisch: Hier werden sie frisch und raffiniert zubereitet → S. 42

3 DIANI BEACH
Rauschende Palmen, weißer Sand: Südlich von Mombasa liegt Kenias Traumstrand Nummer 1 → S. 47

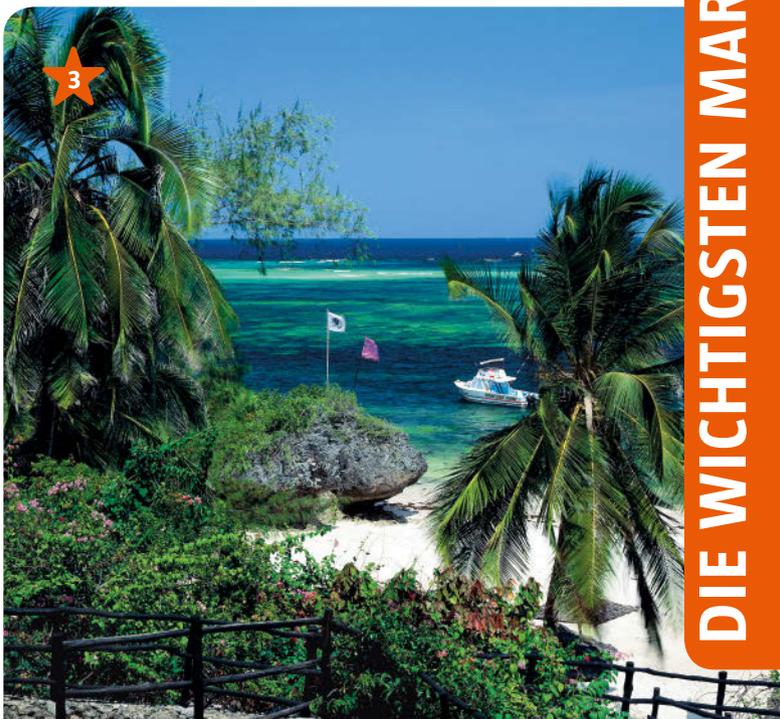
4 AMBOSELI
Der gewaltige Kilimandscharo lässt die Elefantenherden, die durch die Savanne ziehen, klein erscheinen → S. 50

5 TSAVO
Kenias größter Nationalpark besticht durch seine Weite und die vom Staub rot gefärbten Elefanten → S. 53

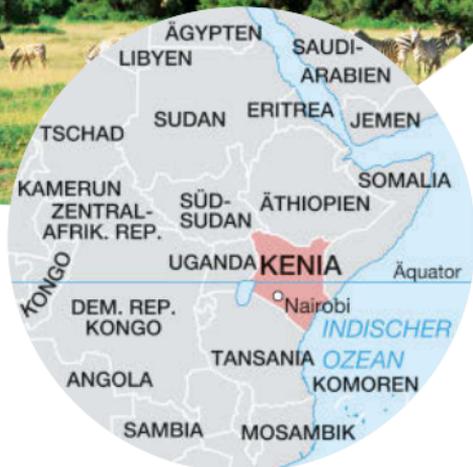
6 NAIROBI NATIONAL PARK
Im Vordergrund Löwen, im Hintergrund die Skyline: Mitten in Kenias Hauptstadt tobt die Natur → S. 60

7 KAKAMEGA NATIONAL PARK
Ein Hauch von Kongobecken in Kenias letztem tropischem Regenwald → S. 72

8 LAKE NAKURU
Eine der größten Flamingokolonien der Welt verwandelt den Nakuru-See in einen rosafarbenen Traum → S. 77



KENIA



MARCO POLO KOAUTORIN

Ruth Asan

So richtig angekommen fühlte sich Ruth Asan, als sie Weihnachten mit der Familie einer Freundin in Kitale im grünen Westen des Landes feierte. Umgeben von Maisfeldern und Kuhställen wurde dort an Heiligabend gegrillt und Bier getrunken, von Tannenbäumen keine Spur. Seit 2015 lebt sie in Nairobi – wo es ab November immerhin in den Shopping Malls künstlichen Schnee und Weihnachtsdeko gibt.



DIE TOUREN-APP

zu den Erlebnistouren zeigt, wo's langgeht:
inklusive Tourenverlauf und Offline-Karte



EVENTS & NEWS

Schnell die wichtigsten Infos auf dem Smartphone:
Events, News, neue Insider-Tipps und ggf. aktualisierte
Erlebnistouren als PDF zum Downloaden

HOLEN SIE MEHR AUS IHREM MARCO POLO RAUS!

SO EINFACH GEHT'S!

1

go.marcopolo.de/ken



2

downloaden und entdecken

GO!

OFFLINE!



6 INSIDER-TIPPS
Von allen Insider-Tipps finden Sie hier die 15 besten

8 BEST OF ...
● Tolle Orte zum Nulltarif
● Typisch Kenia
● Schön, auch wenn es regnet
● Entspannt zurücklehnen

12 AUFTAKT
Entdecken Sie Kenia!

18 IM TREND
In Kenia gibt es viel Neues zu entdecken

20 FAKTEN, MENSCHEN & NEWS
Hintergrundinformationen zu Kenia

26 ESSEN & TRINKEN
Das Wichtigste zu allen kulinarischen Themen

30 EINKAUFEN
Shoppingspaß und Bummelfreuden



32 DIE KÜSTE
33 Lamu-Archipel 37 Malindi
40 Mombasa 44 Nordküste
46 Südküste

50 DER SÜDOSTEN
50 Amboseli 53 Tsavo

58 NAIROBI



70 DER SÜDWESTEN
70 Kisumu 74 Kitale 75 Lake
Magadi 76 Lake Naivasha
77 Lake Nakuru 78 Masai
Mara

SYMBOLE

- INSIDER-TIPP** Insider-Tipp
★ Highlight
● ● ● ● Best of ...
🌅 Schöne Aussicht
🌱 Grün & fair: für ökologische oder faire Aspekte
(*) kostenpflichtige Telefonnummer

PREISKATEGORIEN HOTELS

- €€€ über 150 Euro
€€ 100–150 Euro
€ unter 100 Euro

Die Preise gelten für eine Übernachtung von zwei Personen im DZ mit Frühstück. Die meisten Lodges in den Parks sind nur mit VP buchbar

PREISKATEGORIEN RESTAURANTS

- €€€ über 30 Euro
€€ 15–30 Euro
€ unter 15 Euro

Die Preise gelten für ein dreigängiges Essen ohne Getränk

- 80 HIGHLANDS UND DER NORDEN**
 80 Aberdares 82 Laikipia
 83 Lake Baringo 85 Meru
 National Park 86 Mount Kenya
 87 Samburu

- 90 ERLEBNISTOUREN**
 90 Kenia perfekt im Überblick
 95 Stolz Gipfel und heiße
 Quellen vor Nairobis Haustür



- 98 Wunderschöner Westen
 101 Rund um Malindi: Traum-
 strände und Entdeckungen

- 104 SPORT & WELLNESS**
 Aktivitäten und Verwöhnpro-
 gramme zu jeder Jahreszeit

- 108 MIT KINDERN UNTERWEGS**
 Die besten Ideen für Kinder

- 110 EVENTS, FESTE & MEHR**
 Alle Termine auf einen Blick

- 112 LINKS, BLOGS, APPS & CO.**
 Zur Vorbereitung und vor Ort

- 114 PRAKTISCHE HINWEISE**
 Von A bis Z

- 120 SPRACHFÜHRER**

- 124 REISEATLAS**



- 146 REGISTER & IMPRESSUM.**

- 148 BLOSS NICHT!**

GUT ZU WISSEN

Geschichtstabelle → S. 14
 Spezialitäten → S. 28
 Schnee von gestern → S. 54
 Sicherheit → S. 69
 Lesehunger & Augenfutter
 → S. 84
 Feiertage → S. 111
 Was kostet wie viel? → S. 116
 Währungsrechner → S. 117
 Wetter → S. 119

KARTEN IM BAND

(126 A1) Seitenzahlen
 und Koordinaten verweisen
 auf den Reiseatlas
 (U A1) Koordinaten für die
 Karte von Nairobi im hinteren
 Umschlag
 (O) Ort/Adresse liegt außer-
 halb des Kartenausschnitts
 Es sind auch die Objekte mit
 Koordinaten versehen, die
 nicht im Reiseatlas stehen

(A-B 2-3) verweist auf
 die herausnehmbare Falt-
 karte
 (a-b 2-3) verweist auf
 die Zusatzkarte auf der Falt-
 karte

UMSCHLAG VORN:
 Die wichtigsten Highlights

UMSCHLAG HINTEN:
 Karte von Nairobi

Die besten MARCO POLO Insider-Tipps

Von allen Insider-Tipps finden
Sie hier die 15 besten



INSIDER TIPP Tierische Begegnung

Haben Sie schon einmal Riesenschildkröten gestreichelt oder neben einer Eule gegessen? In der *Falconry of Kenya* in Malindi ließe sich das nachholen → **S. 101**

INSIDER TIPP Schmuck aus der Natur

Aus Horn und Schaumkoralle, Bein und recyceltem Aluminium designt die deutsche Auswanderin *Marie-Rose Iberl* geschmackvollen und ökologisch einwandfreien Schmuck → **S. 31**

INSIDER TIPP Terrassen über dem Meer

Im *Unguja House* in Kilifi thront man über den Wellen. Das im Swahili-Stil gebaute Haus bietet Komfort und Genuss und atmet dabei die Meeresbrise → **S. 45**

INSIDER TIPP Insel-Wellness

In Lamus *Banana House* locken der nahe Strand, ein Pool sowie Massagen und Yoga: ein Wellness-Erlebnis der besonderen Art → **S. 36**

INSIDER TIPP An Zebras vorbeiradeln

Der *Hell's Gate National Park* lässt sich zu Fuß erwandern oder auf dem Leihfahrrad erstrampeln: Näher an der Natur kann man nicht sein (Foto o.) → **S. 76**

INSIDER TIPP Skulpturen und Staffeleien

In den Ateliers des *Kuona Trust* können Sie kenianischen Künstlern bei der Arbeit zusehen: phantasievolle Zeichnungen und Skulpturen, abstrakte Malerei und Drucke sind hier zu bewundern – und natürlich dürfen Sie die Werke auch kaufen → **S. 60**

INSIDER TIPP Paddeln zwischen Krokodilen

Die traumhaft gelegene Lodge *Tana Delta Dunes* ist der perfekte Ausgangspunkt für abenteuerliche Kanusafaris auf dem Tana-Fluss, in dem es von mächtigen Flusspferden und hungrigen Krokodilen nur so wimmelt → **S. 39**

INSIDER TIPP **Zweiradantrieb**

Radeln Sie mit *Baiskeli Adventures* rund um Nairobi zu Teeplantagen (Foto u.), Wasserfällen, Wildtieren – oder zum Lunch in der Käserei! → **S. 106**

INSIDER TIPP **Delfinsafari**

Lassen Sie sich von *Wasini Island* aus mit der Dhow auf den Indischen Ozean hinausfahren, um Delfine und Walhaie zu beobachten → **S. 48**

INSIDER TIPP **Wandern mit Antilopen**

Kenias kleinster Nationalpark *Saiwa Swamp* im fernen Westen des Landes lässt sich am besten zu Fuß erkunden: Mit Glück sieht man dann auch die scheue Sitatunga-Antilope → **S. 74**

INSIDER TIPP **Wellness-Insel**

Hunderte Yogis aus aller Welt kommen im März beim *Lamu Yoga Festival* zusammen, um sich vor Traumstränden und Suaheli-Architektur in Pose zu bringen → **S. 110**

INSIDER TIPP **Kitesurfing am****Designerstrand**

In der eleganten und voll ökologischen *Che-Shale-Lodge* lässt sich der rasante Surfsport schnell erlernen: Wer einmal angefangen hat, hört nicht wieder auf → **S. 106**

INSIDER TIPP **Baden am Vulkan**

Am Fuß des Mount Longonot, im *Hell's Gate National Park*, wurde ein *Bad* eingerichtet, das sich aus geothermischen Quellen speist – sehr entspannend! → **S. 97**

INSIDER TIPP **Allein im Garten Eden**

Wie das Paradies ragt die Matthews Range aus dem trockenen Umland: Kaum ein Tourist findet hierher, das *Kitich Camp* ist eine Oase für Erholung Suchende → **S. 89**

INSIDER TIPP **Urbaner Puls**

Großartige internationale Küche und fantastische Gratiskonzerte von Kenias besten musikalischen Acts erleben Sie im *J's Westlands* in Nairobi → **S. 66**



BEST OF ...

TOLLE ORTE ZUM NULLTARIF

Neues entdecken und den Geldbeutel schonen

SPAREN

● **Blau auf Weiß**

Kenias Traumstrände: türkisblaues Wasser und pulverfeiner, weißer Sand. Glücklicherweise gibt es viele öffentliche Strände, an denen Sie sich gratis entspannen können, z. B. in *Kilifi* → S. 45

● **Auf den Spuren der Urmenschen**

In den 1940er-Jahren fanden Mary und Louis Leakey in *Ologesailie* die Überreste einer Urmenschensiedlung: So reich waren die Funde, dass bis heute gegraben wird. Die Funde können Sie an der Ausgrabungsstätte kostenlos besichtigen, ein Museum erklärt Hintergründe → S. 75

● **Cool Kids und Kult-Clips**

Bunte Tanzperformances, Rap-Battles, Konzerte und mehr gibt es in der *Alchemist Bar* in Nairobi oft für lau zu bestaunen. Dienstagabends kann man hier von afrikanischen Kuratorinnen ausgewählte Kino- und Kurzfilme sehen – auch das in der Regel umsonst! → S. 65

● **Picknick am Naivashasee**

Das Wochenende verbringen viele Kenianer gern am *Naivashasee*. Nur eine Stunde von der Hauptstadt entfernt, genießt man ein Picknick am sanft plätschernden Seeufer, schaut dabei Affen, Flusspferde und Vögel zu, etwa auf den Wiesen vor dem *Fisherman's Camp* – und spart sich den Eintritt für einen Nationalpark → S. 76

● **Kunst aus Scherben**

Die deutsch-kenianische Künstlerin Nani Croze macht aus Altglas Kirchenfenster, schiefe Krüge, Windspiele und vieles mehr. In ihrer Werkstatt *Kitengela* am Stadtrand von Nairobi, selbst ein Gesamtkunstwerk aus geschmolzenem Glas, sind Besucher stets willkommen, auch wenn sie nichts kaufen → S. 30

● **Die ganze Pracht der Hinduisten**

Der *Jain-Tempel* in Mombasa ist die prächtigste Glaubensstätte des Landes: Überall strahlend weißer Marmor, Kuppeln und Pagoden – ein traumhafter Anblick, und der Eintritt ist frei (Foto) → S. 42



Diese Punkte zeichnen in den folgenden Kapiteln die Best-of-Hinweise aus

TYPISCH KENIA

Das erleben Sie nur hier

● **Im Safariparadies**

Die *Masai Mara* ist der Inbegriff des afrikanischen Nationalparks: In der Savanne grasen Zebras und Büffel, Löwen und Leoparden jagen nach Beute, und prächtige Vögel ziehen über die atemberaubende Szenerie hinweg → [S. 78](#)

● **Den Kilimandscharo bewundern**

Afrikas höchster Berg ist ein einmaliger Anblick, den Sie besonders schön vom traumhaften *Tortilis Camp* aus genießen können: Der schneebedeckte Gipfel leuchtet im blauen Himmel, davor marschieren Elefantenherden durchs Gras → [S. 53](#)

● **Essen wie die Kenianer**

Den weißen Maisbrei Ugali sollten Sie unbedingt einmal probieren: Dazu gibt es geröstete Ziege, Lamm oder Fisch und Sukumawiki, eine Art Mangold. Erhältlich ist er an fast jeder Straßenecke oder im *Amaica*-Restaurant in Nairobi → [S. 61](#)

● **Schwimmen, tauchen, sonnenbaden**

Der schönste Strand Kenias liegt südlich von Mombasa und heißt *Diani Beach*: feiner weißer Sand mit Schatten spendenden Palmen, davor das türkisfarbene Meer und das Riff, wo Sie tauchend die schillernde Vielfalt von Fischen und Korallen bestaunen können (Foto) → [S. 47](#)

● **High Tea wie Karen Blixen**

Auf der Lord-Delamere-Terrasse des *Norfolk Hotels* hat schon Karen Blixen („Jenseits von Afrika“) gegessen. Bis heute wird im ältesten Hotel Nairobis wie zu Kolonialzeiten vom Butler feinstes Porzellan gedeckt, zum Tee werden Scones, Eclairs etc. gereicht → [S. 67](#)

● **Ein Waisenhaus für Elefanten**

Einmal am Tag werden die Elefanten, die im *David Sheldrick Wildlife Trust* für die Rückkehr in die Wildnis aufgepäppelt werden, gefüttert – und Sie können als Zuschauer dabei sein → [S. 109](#)

● **Volle Ladung Küstenkultur**

Beim *Lamu Cultural Festival* im November verwandelt sich die Insel in eine Open-Air-Bühne. In der Altstadt von Lamu Town wird dann getanzt, gesungen und mit allerlei Kulturevents gefeiert → [S. 111](#)



TYPISCH

BEST OF ...

SCHÖN, AUCH WENN ES REGNET

Aktivitäten, die Laune machen



● **Zurück in die Vergangenheit**

Das generalüberholte *National Museum* in Nairobi ist schon wegen seiner prähistorischen Fundstücke ein Muss. Hier sehen Sie, warum Kenia als Wiege der Menschheit bezeichnet wird (Foto) → S. 61

● **Zwischen Schmetterlingen**

Auf der *Kipepeo Butterfly Farm* bei Malindi werden im Gewächshaus mehr als 260 Schmetterlingsarten gezüchtet: eine farbenfrohe Abwechslung vom grauen Regenhimmel → S. 38

● **Modern Art of Kenya**

In der *One Off Contemporary Art Gallery* zeigt Carol Lees Bilder und Skulpturen von allen, die in Kenia Rang und Namen haben. Genießen Sie die einzigartige Atmosphäre in diesem Kunsthaus, wenn's draußen mal regnet → S. 61

● **Unter den grünen Hügeln Afrikas**

Auch wenn es oben regnet, ist es in den unterirdischen Kanälen, die die Lavahügel der *Chyulu Hills* durchziehen, trocken. Taschenlampen beleuchten eine magische Landschaft unter Tage, die nur wenige Besucher je zu Gesicht bekommen → S. 57

● **Regensichere Safari**

Wenn es in den Nationalparks zu nass ist, ist die Lodge *The Ark* die perfekte Alternative. Hier wandern die Tiere zu den Besuchern, um Salz vom mineralischen Boden vor dem Hotel zu lecken. Die Beobachter stehen derweil hinter Glaswänden im Trockenen → S. 81

● **Ganz Afrika in einem Haus**

Draußen westafrikanische Lehmarchitektur, drinnen Kunst vom ganzen Kontinent: Alan Donovans *African Heritage House* können Sie auf Voranmeldung besichtigen, Lunch oder Dinner mit dem Hausherrn inklusive → S. 68

REGEN

ENTSPANNT ZURÜCKLEHNEN

Durchatmen, genießen und verwöhnen lassen

ENTSPANNT

● **Urwaldidylle in Kakamega**

In Kenias tropischem Regenwald sind Sie umgeben von magischer Natur. Lehnen Sie sich zurück, während Sie Vögeln beim Singen zuhören und Schmetterlinge bewundern, z. B. im *Rondo Retreat* → S. 73

● **Einfach treiben lassen**

Einfach nur Wind, Salz und Sonne im Gesicht spüren – den Rest macht der Kapitän. Eine *Fahrt mit der Dhow*, dem traditionellen Segelboot der Swahili, ist ein echter Genuss (Foto) → S. 36

● **Verwöhnsafari in Tsavo**

Im Luxuscamp *Finch Hatton's* schwebeln Besucher im Stil der goldenen 20er-Jahre. Musik vom Grammofon untermalt den Blick, dazu ein Glas Champus: Entspannender kann Safari nicht sein → S. 56

● **Bar on the beach**

Füße im Sand, ein Sundowner in der Hand und das letzte Glitzern des Meeres im Blick. In der *Nomad Beach Bar* können Sie den Tag ganz locker ausklingen lassen, bis die Sterne den Himmel erleuchten → S. 48

● **Traumhaus in der Natur**

Im *Olerai House* dürfen Sie sich wie zu Hause fühlen: Im Heim der Elefantenschützer Iain und Oria Douglas-Hamilton ist jedes Zimmer künstlerisch gestaltet. Beim Essen wandern Zebras am Tisch vorbei, Vögel landen auf den im Gras liegenden Sitzkissen → S. 77

● **Allein am Strand ausspannen**

Am Strand von *M sambweni* sind Touristen eine Seltenheit, obwohl der malerische Küstenabschnitt nur 15 km südlich von Diani Beach liegt. Hier ist der Alltag noch beschaulich, aufdringliche Beachboys gibt es nicht → S. 47



● **Spa, afrikanisch**

Hot-Stone-Massage, eine afrikanische Ölkur oder relaxendes Facial? Im *Wild Earth Spa* in Nairobi (Westlands) gibt es tausende Möglichkeiten zur Erholung → S. 65

AUFTAKT





ENTDECKEN SIE KENIA!

Kenias Nationalfarben sind Schwarz, Rot, Grün und Weiß. Dabei müssten es eigentlich noch so viele mehr sein: das Gold der Strände am Indischen Ozean und das Türkis seiner Wellen; das Rot des Savannenstaubs, der Löwen, Elefanten, Antilopen und Büffel bedeckt; das Weiß der Schneekuppen auf dem Kilimandscharo, mit 5892 m der höchste Berg Afrikas und schon auf dem Gebiet des Nachbarlands Tansania, und Kenias eigenem Giganten, dem Mount Kenya (5199 m); das Blau der Seen des tiefen afrikanischen Grabenbruchs mit ihren brodelnden Geysiren; und schließlich das Jadegrün des Turkanasees, das im Norden die karge Weite der Wüste durchbricht. Eine solche **Vielfalt** gibt es in Afrika kein zweites Mal.

Quer durch Kenia zieht sich der Äquator, der das Land in zwei ungleiche Hälften teilt: in den weithin fruchtbaren Süden, wo die großen Städte sind und der weitaus größte Teil der Bevölkerung lebt, und in den trockenen, weiten Norden, den Nomaden durchwandern und der das **Ziel der Abenteuerlustigen** ist, die auf Kamelsafari gehen oder im jadegrünen Turkanasee schwimmen wollen. Regenwälder und Teeplantagen, staubige Dornbuschsavannen und Afrikas rote Erde: Das alles ist Kenia. Selbst die Topografie strahlt Vielfalt aus. Nicht nur die höchsten Berge, auch die tiefsten

Schluchten hat das Land zu bieten. Der Große Grabenbruch (englisch Rift Valley) fällt von der fruchtbaren Hochebene abrupt und steil um mehrere Hundert Meter nach unten ab.

Und überall sorgt die Natur für **Wunder, die unvergesslich bleiben**. Wenn die aufgehende Sonne die Savanne in ihren roten Schimmer taucht, ist die beste Zeit, auf Safari zu gehen. Giraffen und Gepar-den, Leoparden, Löwen, Nashörner und Flusspferde, dazu Zebras, Krokodile, Gnus und Hunderte Vogelarten erwachen mit dem neuen Tag. Kenias Nationalparks und Reservate sind in weiten Teilen noch so unberührt wie vor hundert Jahren, las-sen sich mit dem Geländewagen aber be-quem erkunden. Zwischen den Fahrten lässt man sich in den Lodges und Bush Camps verwöhnen und muss auf kaum eine Annehmlichkeit verzichten. Nur der



Blick von der Terrasse erinnert daran, dass man sich in der Wildnis befindet. Doch nicht nur Naturfreunde kommen in Kenia auf ihre Kosten. Die **Strände** gehören ebenso wie die **Tauchgründe** zu den besten der Welt. Wer nicht nur faul am Strand liegen möchte, kann segeln oder angeln, surfen oder schnorcheln und Golf spielen – mit Meerblick. Auch Trendsportarten wie Kitesurfing, Abseiling oder Mountainbiketouren im rauesten Gelände werden mittlerwe-ile angeboten. Der Kilimandscharo bietet ebenso wie der Mount Kenya zahlreiche Möglichkeiten zum Trekken und Berg-steigen. Und wer sich nach **Stadtleben** sehnt, nach Kultur, nach Abwechslung im Speiseplan oder schlicht nach einer quirligen Bar, der wird in den Metropolen Mombasa und Nairobi sicher fündig. Wie genau man den Urlaub in Kenia verbringt,

Von der Savanne zum Traumstrand

2,5 Mio. v. Chr.
Wiege der Menschheit:
Erste Frühmenschen leben
im Rift Valley bei Koobi Fora
(Turkanasee)

9. Jh. n. Chr.
Muslime aus Arabien und
Persien nehmen Handel
mit der Küste auf; Auf-
schwung der Swahili-Kultur

1848
Der deutsche Missionar
Johannes Rebmann erblickt
als erster Europäer den
Kilimandscharo

1920
Das Protektorat Ostafrika
wird britische Kronkolonie
unter dem Namen Kenya

1963
Kenia wird unabhängig,
Jomo Kenyatta Gründungs-
präsident