

Uganda, Ruanda & Ost-Kongo



Bielefeld
REISE Know-How Verlag Peter Rump

Christoph Lübbert
Anna-Lena Stumpf
Tanja Bach



TIPPS

Auge in Auge mit den Berggorillas:

Gorilla-Tracking im Volcanoes NP | 383

Rätselhafte Mondberge:

Bergwandern im Rwenzori Mountains NP | 184

Spaß und Abenteuer an den Quellen des Nils:

White-Water Rafting bei Bujagali | 314

Der primatenreichste Wald Ostafrikas:

Schimpansen-Tracking im Kibale Forest NP | 170

Paradies für Flusspferde:

der Kazinga-Kanal im Queen Elizabeth NP | 215

Pirsch auf den Schuhschnabel:

Bootsfahrten auf dem Nil im Murchison Falls NP | 246

Afrikanische Süßwasser-Karibik:

die Ssese-Inseln im Lake Victoria | 92

Der wohl unberührteste Nationalpark der Welt:

Safari im Kidepo Valley NP | 281

Geheimnisvoller Vulkan:

afroalpines Trekking im Mount Elgon NP | 337

Genozid-Mahnmal in Ruanda:

die Kirche von Ntarama | 371

7. April – Gedenktag: An diesem Tag begannen im Jahr 1994 die grauenhaften Massaker des Genozids in Ruanda. Dem nationalen Gedenktag der Opfer folgt eine Trauerwoche, in der öffentliche Einrichtungen zum Teil geschlossen bleiben.

Kabaka Birthday Run: Der Lauf mit über 40.000 Teilnehmern bietet die Möglichkeit, Kampala zu erkunden, sich fit zu halten und einen Beitrag für soziale Zwecke zu leisten (Anfang April).

Kigali International Peace Marathon:

Ruanda ist das „Land der 1000 Hügel“ – dementsprechend schweißtreibend ist dieser Marathon, der jedes Jahr Tausende Langstreckenläufer in die Hauptstadt lockt.

3. Juni – Uganda Martyrs Day:

Alljährlich am 3. Juni findet eine nationale religiöse Pilgerreise zum Märtyrerschrein von Namugongo nahe Kampala statt. Hauptritual sind eine Gebetsitzung und Feierlichkeiten.

JAN

FEB

MÄR

APR

MAI

JUN

Trockenzeit

Regenzeit (Mitte März bis Juni und Oktober bis Dezember): Regenzeiten mit regionalen Abweichungen (März, April und Mai gelten als niederschlagsreichste Monate); in der Nebensaison regnet es meist mindestens einmal am Tag heftig, danach klart der Himmel wieder auf. Es lassen sich neu geborene Tiere in der grünen Savanne beobachten, deren Idylle in dieser Zeit nur von sehr wenigen Allradfahrzeugen gestört wird. Unterkünfte sind während der Regenzeit häufig günstiger zu haben. Auch die begehrten Permits für das Gorilla-Tracking sind in dieser Zeit einfacher zu bekommen.

Kigali Fashion Week:

Zur Modewoche treffen sich Dutzende Designerinnen und Designer, um ihre neuesten Schöpfungen zu präsentieren.

Rolex-Festival:

In Ugandas Hauptstadt wird das Lieblings-Streetfood der Kampalener in unterschiedlichsten Variationen zelebriert.

Karamoja Cultural Festival:

Jährlich feiern die Karamojong im abgelegenen Nordosten Ugandas um Kaabong.

Kampala Art Biennale:

Im 2-Jahres-Rhythmus (zuletzt 2018) setzen junge Künstlerinnen und Künstler ihre zeitgenössischen Werke gekonnt in Szene.

9. Oktober – Uganda Independence Day: alljährliche Feierlichkeiten zum Unabhängigkeitstag.

Nyege Nyege:

Dieses Festival in Uganda ist ein in ganz Ostafrika bekanntes, mehrtägiges Musikfestival am Ufer des Nils bei Jinja.

JUL

AUG

SEP

OKT

NOV

DEZ

Trockenzeit (Juni bis September und Ende Dezember bis Februar): Trockenzeiten mit regionalen Abweichungen (Januar/Februar und Juni/Juli gelten als die heißesten Monate); in der trockenen Hochsaison strahlt die Sonne und treibt die Tiere in der Savanne in die Nähe von Gewässern, wo sie für Reisende leichter zu entdecken sind. Die steilen Hänge des Bergregenwaldes können beim Gorilla-Tracking und Wandern in den Gebirgen zu dieser Zeit ohne viel Abrutschen erklommen werden. Erfolgreiche Gipfelbesteigungen im Ruwenzori-Massiv sind in dieser Zeit am ehesten möglich.

Regenzeit

Vogelbeobachtungen:

Von November bis April sind interessante Vogelbeobachtungen möglich, wenn sich viele Zugvögel in der Region der Großen Seen aufhalten.

5 SCHWEISSTREIBENDE, ABER TRAUMHAFTE WANDERUNGEN



uga19-075 as

Der Kilembe Trail in den Rwenzori Mountains (Uganda) | 191

Das an der Grenze zur DR Kongo gelegene Ruwenzori-Massiv ist das **vegetationsdichteste Gebirge der Welt**. Der 2009 für den Tourismus angelegte **Kilembe Trail** beginnt im gleichnamigen Bergdorf und wird von Rwenzori Trekking Services bedient. Der Trail gilt als besonders entlegen und überquert kurz vor den Gipfeln den höchsten Pass im Ruwenzori.



uga19-076 cl

Der Sasa Trail zum Gipfel des Mount Elgon (Uganda) | 339

Der 4321 Meter hohe Gipfel des beeindruckenden Mount Elgon an der Grenze zu Kenia ist der achthöchste des afrikanischen Kontinents und dennoch nahezu unbekannt. Der uralte Vulkan brach das letzte Mal vor etwa 10 Mio. Jahren aus. Der **Sasa Trail** ist die älteste und kürzeste, aber auch anstrengendste Route zum Hauptgipfel Wagagai. Der Hin- und Rückweg zum Gipfel dauert drei bis vier Tage.



uga19-055 as

Der Congo-Nile-Trail am Ufer des Lake Kivu (Ruanda) | 445

Der reizvolle Congo-Nile-Trail wurde im Jahr 2011 vom Rwanda Development Board entwickelt, um Touristen die **Erkundung der malerischen Hügel** am Lake Kivu zu ermöglichen. Der in zehn Etappen eingeteilte Weg verläuft etwa 227 Kilometer am malerischen Ostufer entlang und kann zu Fuß, mit dem Fahrrad und mit dem Allradfahrzeug bewältigt werden.



a-stock_janos

Der Nyiragongo-Vulkan

im Parc National des Virunga (DR Kongo) | 463

Der 3470 Meter hohe Nyiragongo ist der westlichste Ausläufer der Virunga-Vulkankette. Sein Innerstes beherbergt den **aktivsten Lavasee der Welt**. Nachts leuchtet dieser intensiv glutrot in den tief-schwarzen Himmel. Die Besteigung wird meist mit einer unvergesslichen Übernachtung am Kraterand unternommen; übernachtet wird in einer einfachen Holzhütte oder im Zelt.



a-stock_dennis-wegewijs

Der Mt. Kadam im Osten Ugandas | 293

Im Südwesten des Örtchens Nakapiripirit überragt der Mt. Kadam (3068 m) die Landschaft. Der erloschene Vulkan lockt mit seiner beeindruckenden Schönheit und **spektakulären Gipfelausblicken** über die weiten Ebenen im südlichen Karamoja und auf den Mt. Elgon. Die mehrtägige Besteigung sollte mit einem lokalen Führer oder einem Touranbieter in Moroto organisiert werden.

5 SEEN ZUM SEELE-BAUMELN-LASSEN

Der verwinkelte Lake Bunyonyi (Uganda) | 111

Der pittoreske Lake Bunyonyi im äußersten Südwesten des Landes erstreckt sich mit engen Winkeln und Armen auf einer Länge von 25 Kilometern und einer Breite von 7 Kilometern. Trotz seiner **Höhenlage auf 1950 Metern** über dem Meeresspiegel weht nur selten ein Lüftchen, und die Wasseroberflächentemperatur liegt trotz der geschätzten Tiefe von 900 Metern bei angenehmen 20°C.



uga19-077 as

Die entlegenen Ssese Islands im Lake Victoria (Uganda) | 92

Im riesigen Lake Victoria liegt in Ufernähe zwischen Entebbe und Masaka die Gruppe der Ssese-Inseln. Die **84 Inseln** sind infolge des hohen Jahresniederschlags (um 2000 mm) dicht bewaldet und ein echtes „Tourismuspardies“. Sie eignen sich hervorragend für Tier- und Vogelbeobachtungen, oder um einige Tage auszuspannen und einfach mal nichts zu tun.



uga19-078 tb

Die Ndali-Kasenda Crater Lakes (Uganda) | 163

Rund 30 Kilometer südöstlich von Fort Portal liegen im Ndali-Kasenda Crater Lake Field **über 40 Kraterseen** in die malerische Hügellandschaft hineingesprenkelt. Die bis zu 400 Meter tiefen Vulkankrater sind mit Wasser in den unterschiedlichsten Farbtönen gefüllt und von einer artenreichen Natur- und Kulturlandschaft umgeben. In den eingestreuten Waldparzellen leben diverse Primatenarten.



uga19-079 cl

Die vulkangesäumten Twin Lakes Burera und Ruhondo (Ruanda) | 380

Unweit von Musanze und dem Volcanoes National Park lohnt ein Abstecher zu den „Zwillingsseen“ Burera und Ruhondo am Fuße des Mount Muhavura. Die beiden Gewässer sind **landschaftlich ein wahres Kleinod**, mit kleinen Siedlungen und Inseln, an denen Fischer im traditionellen Einbaum ihre Reusen abfahren. Ein Besuch lohnt vor allem auch für Vogelliebhaber.



uga19-080 cl

Der malerische Lake Kivu (Ruanda) | 424

Der ca. 2400 km² und bis zu 480 Meter tiefe Lake Kivu ist aufgrund seines hohen Methangehaltes verhältnismäßig fischarm. Seine **verwinkelte Küstenlinie** ist dagegen sehr fruchtbar und wird landwirtschaftlich intensiv genutzt. Am Seeufer liegen drei Städte: Rusizi (Cyangugu) im Süden, Rubavu (Gisenyi) im Norden und dazwischen der entspannte Badeort Karongi (Kibuye) mit tollem Seepanorama-Blick.



uga19-081 cl

5 FASZINIERENDE TIERBEOBACHTUNGEN



uga19-082 as

Auf Fußsafari im Lake Mburo National Park (Uganda) | 96

Im Lake Mburo NP bieten sich neben den üblichen Game Drives insbesondere Fußsafaris (Walking Safaris) zur Tierbeobachtung an. Dabei können Steppen-Zebrawild und andere Tiere aus einer **ganz anderen Perspektive** beobachtet werden. Besucher bekommen so ein intensiveres Gefühl für die Natur und bemerken Details, die oft übersehen werden, wenn man nur im Auto unterwegs ist.



uga19-018 as

„Baumlöwen“ im Queen Elizabeth National Park (Uganda) | 212

Die abgelegene Gegend des Queen Elizabeth NP um Ishasha ist bekannt für ihre auf Bäume kletternden Löwen. Das Gebiet ist neben dem Manyara-See in Tansania das einzige, in dem Löwen dies regelmäßig tun. Mehrere Pisten für Game Drives erschließen **Savanne und offenes Buschland** um den Ishasha River; ein mitfahrender Ranger ist beim Auffinden von „Baumlöwen“ eine große Hilfe.



uga19-083 ci

Hautnah bei den letzten Berggorillas im Volcanoes National Park (Ruanda) | 381

Der Volcanoes NP schützt die ruandische Seite der Virunga-Vulkane, die sich über die ruandische, ugandische und kongolesische Grenze erstrecken. Das Gebiet beherbergt mit gut **600 Tieren** mehr als die Hälfte des Weltgesamtbestandes an Berggorillas. Von 1967 bis 1985 lebte und arbeitete die US-amerikanische Gorillaforscherin *Dian Fossey* an den Hängen der Vulkane Karisimbi und Visoke.



uga19-084 ak

Schimpansen im Kibale Forest National Park (Uganda) | 170

Der 1993 geschaffene Kibale Forest NP schützt das Ökosystem des Kibale-Waldes im Westen Ugandas nahe Fort Portal. Das 766 km² große Gebiet umfasst ein **Berg- und Regenwaldsystem** mit eingeschlossenen Sumpf- und Graslandabschnitten. Die ca. 1500 im Park lebenden Schimpansen ziehen Besucher in die Region und können bei speziellen Schimpansen-Trackings beobachtet werden.



uga19-085 ci

Den sehr seltenen Schuhschnabel im Mabamba Swamp entdecken (Uganda) | 45

Einen schönen Tagesausflug ab Entebbe (oder Kampala) stellt der 100 km² große Mabamba Swamp am Lake Victoria dar. In der weitgehend verlandeten Mabamba Bay bestehen gute Chancen, **neben zahlreichen anderen Wasservögeln** mehrere Brutpaare des sehr seltenen Schuhschnabels beobachten zu können.