

001ba Foto: rj



Vor der Reise
Staat und Gesellschaft

Reisetipps A-Z
Menschen und Kultur

Landschaft und Natur
Irkutsk und der Westen

Südufer und Sajon-Gebirge

Ulan-Ude und der Osten

Der Norden

Anhang

Kartenatlas

Inhalt

Vorwort	7
Kyrillische Schrift und ihre Transkription	12
Kartenverzeichnis	13
Was man unbedingt wissen sollte	14

Vor der Reise

Internet	18
Anreise	18
Ein- und Ausreisebestimmungen	24
Reiseveranstalter	30
Informationsstellen	31
Reiseplanung	31
Reisezeit	33
Ausrüstung und Reisegepäck	33
Mit Kindern unterwegs	36
Behinderte auf Reisen	37
Lernen und Arbeiten	37
Geldfragen	38
Gesundheitsvorsorge	40
Versicherungen	42

Praktische Reisetipps A-Z

Autofahren	46
Einkaufen	48
Elektrizität	49
Essen und Trinken	49
Feste und Feiertage	52
Fotografieren	55
Hygiene	56
Medizinische Versorgung	56
Nachtleben	57
Notfälle	58
Öffnungszeiten	59
Orientierung	60
Post	60

Schiffsfahrten	60
Sicherheit	62
Sport und Erholung	63
Sprache und Verständigung	68
Telefonieren	68
Trinkgeld	70
Unterkunft	70
Verhaltenstipps	71
Verkehrsmittel	78
Wandern	79
Zeitverschiebung	87

Land und Leute

Landschaft und Natur

Geografie	90
Klima	99
Tiere und Pflanzen	108
Umweltprobleme u. Naturschutz	119

Staat und Gesellschaft

Geschichte Sibiriens	130
Verwaltung	145
Politik	147
Medien	148
Wirtschaft	149
Tourismus	153

Menschen und Kultur

Bevölkerung (Russen, Burjaten, Ewenken, Tofalaren, Sojoten)	158
Religionen (Orthodoxie, Volks- glaube, Buddhismus, Schama- nismus, Islam, Judentum)	178
Materielle Situation	193
Bildungswesen	194
Die Frau in der Gesellschaft	195
Architektur	196
Literatur	199
Kunst und Kunsthandwerk	201
Musik und Theater	204

Irkutsk und der Westen

Irkutsk und Umgebung

Das „Paris Sibiriens“?	208
Geschichte	209
Architektur	213
Sehenswertes	215
Praktische Tipps	233
Angarsk	242
Schelechow	245
Entlang der Angara zum Baikalsee	246

Von Listwjanka nach Buguldeika

Steilküste mit Hindernissen	250
Listwjanka	251
Pribaikalski-Nationalpark	257
Bolschije Koty	257
Kadilnaja	260
Bolschoje Goloustnoje	261
Sandbucht	264
Buguldeika	267
Wanderung von Listwjanka nach Buguldeika	267

Von Ust-Ordynski ans Kleine Meer

Autonomer burjatischer Bezirk Ust-Ordynski	271
Ust-Ordynski	271
Jelanzy	272
Tascheran-Steppe	274
Kleines Meer	278

Insel Olchon

Heiligtum des Baikalsees	286
Mythologie und Religion	290
Natur, Umweltschutz u. Wandern	291
Anreise	294
Chuschir	295
Der Inselfüden	300
Der Inselnorden	302
Wandertouren auf Olchon	304

Weitere Reiseziele im Gebiet Irkutsk

Baikal-Lena-Reservat	307
Katschug	310
Botowskaja-Höhle	311
An der Angara nach Westen	311
Tofalarien	313
Bratsk	319
Ust-Kut	327

Südufer und Sajan-Gebirge

Das Südufer

Zwischen Gipfeln und Gleisen	330
Die Olcha-Hochebene	331
Die „Alte Baikalbahn“	333
Der Südbaikal von Sljudjanka bis Tanchoi	345
Baikal-Biosphärenreservat	348
Wanderungen im Chamar-Daban-Gebirge	348

Das Tunka-Tal

Heilquellen und Tempel	354
Tunka-Nationalpark	357
Arschan	357
Tunka	364
Kyren	366
Nilowka	367
Mondy	368
Wander- und Reittouren	369

Der Oka-Bezirk

Heimat der Sojoten	373
Reisen im Oka-Bezirk	375
Von Mondy zum Oka-Plateau	376
Orlik	377
Andere Orte im Oka-Bezirk	379
Das Tal der Vulkane	379
Berg- und Wandertouren	380

Ulan-Ude und der Osten

Wo Asien immer präsenter wird 388

Ulan-Ude

Von der Festung Werchneudinsk
zur burjatischen Metropole 389
Geschichte 390
Architektur 392
Sehenswertes 392
Praktische Tipps 399
Buddhistisches Kloster Iwolginsk 402

Südost-Burjatien

Nahe der mongolischen Steppe 404
Altgläubigendörfer 405
Der Gänsesee 408
Nowoselenginsk 410
Kjachta 413
Nauschki 419
Sakamensk 419

Das mittlere Ostufer

Babuschkin 420
Von Babuschkin zum
Selenga-Delta 422
 Klöster im Selenga-Delta 425
Von der Selenga
nach Gremjatschinsk 426
Von Gremjatschinsk
zur Bargusin-Bucht 429
Kotokel-See 431
Turka 431
Gorjatschinsk 432
Maximicha 433
Ust-Bargusin 435
Sabaikalski-Nationalpark 439
Halbinsel Heilige Nase 440
Uschkani-Inseln 445

Das Bargusin-Tal

Schmelztiegel der Kulturen 446
Bargusin 449
Kurumkan 454
Alla 455
Dscherginski-Reservat 457

Der Norden

Bahnlinie und viel Natur 460

Das Nordwestufer

Vor der Kulisse
des Baikal-Gebirges 462
Sewerobaikalsk 463
Thermalquelle Goudschekit 472
Glimmer-Seen 474
Baikalskoje 475
Thermalquelle Kotelnikow 477

Danksagung

Herzlich bedanken möchten wir uns bei den folgenden Personen und allen anderen, die uns während der Arbeit an diesem Buch unterstützt haben:

Sergei Arfanidi
Jewgeni Tschebotnjagin
Julia und Vadim Scheweljow
Alexander Beketow
Andrei Suknjow
Viktoria und Alexander Mironow
Vadim Michailow
Sergei Suschkejew
Natalja und Nikita Bentscharow
Swetlana und Mark Mejerowitsch
das Team von Baikalplan
Brigitte Müller
Hank Birnbaum
Mara Bostelmann
und bei unseren Eltern

An Oberer Angara und BAM

Die Obere Angara und ihr Delta	479
Nischneangarsk	480
Cholodnoje	482
Insel Jarki	485
Die BAM Richtung Osten	486
Thermalquelle Dselinda	486
Kumora	487
Taximo	488

Das Nordostufer

Wilde Natur	489
Chakussy	490
Frolicha-See	494
Wandern am Nordostufer	494
Bargusiner Biosphärenreservat	496

Anhang

Reise-Gesundheits-	
Informationen Russland	500
Literaturtipps	504
Kyrillisches Alphabet	506
Ortsnamenverzeichnis	507
Kleine burjatische Sprachhilfe	508
Hilfe!	510
Register	521
Die Autoren	528

Kartenatlas nach Seite 528

Exkurse

- Raskolotka – Sushi auf Sibirisch52
- Das Wetter in Südsibirien – ein Gang durch die Jahreszeiten102
- Die Zirbelkiefer und ihre Früchte111
- Sagenhafter Dschingis Khan134
- Verbannung im zaristischen Russland138
- Um den Baikal mit Feldstecher und Reiselabor –
deutsche Wissenschaftler im Auftrag des Zaren140
- Die Magie sibirischer Fenster198
- Schutz vor Kälte, Schimmel und bösen Geistern: vielseitige Birkenrinde203
- Lagerromantik oder Hölle des GULAG?244
- „Flucht“ aus dem Baikal – der Ursprung der Angara248
- Bären – die Herren der Taiga308
- Sibirischer Grafit in deutschen Bleistiften378
- Dekabristen – Nachhall der Französischen Revolution411
- Wunderwerk oder Fiasko? Die Baikal-Amur-Magistrale468
- Zobel – das weiche Gold der Taiga497

Autofahren

Von 20.000 km **Straßen** im Gebiet Irkutsk sind 9600 asphaltiert. Relativ gut sind besonders die Straßen Irkutsk – Ulan-Ude, Irkutsk – Elanzy, Ust-Bargusin – Kurumkan sowie die Hauptstraße im Tunka-Tal. Es kommt aber auch vor, dass große Überlandstraßen nur grob geplanierte Pisten sind (s. Ortskapitel).

Der **Fahrstil** russischer Fahrer ist in der Regel aggressiver und unüberlegter als in Westeuropa üblich. Viele fahren gebrauchte japanische Pkws, die das Lenkrad links haben. Die hintere Nummer bei russischen Autokennzeichen bezeichnet das Herkunftsgebiet, 38: Gebiet Irkutsk, 03: Burjatien.

Benzin

Folgende Abkürzungen für Benzinsorten sind gebräuchlich (sie beziehen sich auf die Oktanzahl):

- **Benzin A92** – Normalbenzin
- **Benzin A95** – Super
- **Benzin A98** – Super plus
- **Benzin A80** – gebräuchliche Sorte für viele russische Fahrzeuge
- **Diesel** (ДТ)

In Städten gibt es alle Sorten Benzin in guter Qualität. Auf dem Land ist die Versorgung schlechter (92 häufig, 95 hin und wieder, 98 so gut wie nicht) und die Qualität kann mangelhaft sein. An sehr entlegenen Orten gibt es nur Diesel und 80er Benzin. Bleifreies Benzin ist in Russland seit einigen Jahren gesetzlich vorgeschrieben.

Empfehlenswert für längere Fahrten in Russland sind deshalb **Dieselfahrzeuge oder Normalbenziner**. Für alle

Fälle sollte man Ersatzkanister dabei haben. Der Liter Normalbenzin kostet in Russland nur etwa die Hälfte des deutschen Preises.

Tanken

Üblicherweise fährt man zuerst das Fahrzeug an die Zapfsäule. Dann geht man zur Kasse und bezahlt die gewünschte Menge, die anschließend freigegeben wird. Man sollte sich dabei nicht verschätzen, denn oft lassen sich die Schläuche nicht abschalten.

Wichtige Verkehrsregeln

- Maximal erlaubter Alkoholisierungsgrad: **0 Promille**.
- **Höchstgeschwindigkeit:** im Ort 60 km/h, außerhalb 90 km/h, in den ersten zwei Jahren nach Erhalt des Führerscheins max. 70 km/h.
- An **Zebrastrreifen** wird in der Regel nicht angehalten.

Sicherheit

Die **Verkehrspolizei** (Tel.-Nr. bei Unfällen: 02) heißt seit kurzem nicht mehr ГАИ, sondern ДПС. Sie hat vor allem an den Ausfahrtstraßen der Städte Kontrollpunkte, an denen Autos herausgewunken werden. Selbst bei Bagatell-Unfällen wird die Polizei gerufen, bis zu deren Ankunft an der Unfallstelle nichts verändert werden darf. Auf diese Weise wird oft der Verkehr stark behindert.

Fahrzeuge werden kaum unbewacht stehen gelassen. Nachts parkt man auf **bewachten Parkplätzen** oder in Gara-

gen. Auf dem Land sollte man sich jemanden suchen, auf dessen Grundstück man das Auto abstellen kann.

Autofahren auf dem Eis

Das Eis auf dem Baikalsee wird ab Januar/Februar bis Anfang/Mitte April befahren, im Norden durchaus auch bis Ende April. Flüsse können auch schon früher befahren werden (z.B. der Bargusin bei Ust-Bargusin bereits Ende November). In den letzten Jahren gab es jedoch mehrere warme Winter, in denen das Fahren auf dem Eis stark eingeschränkt war.

Eine **offiziell geprüfte Eisstraße** gibt es nur zur Insel Olchon. Sie wird ab einer Eisdicke von 70 cm freigegeben (auch für Lkws) und soll nur am

Tag befahren werden. Die Einheimischen fahren dessen ungeachtet oft schon Ende Dezember, wenn das Eis noch dünner ist.

Ungeprüfte, aber **viel befahrene Strecken** sind: Listwjanka – Baikalbahn, Listwjanka – Bolschije Koty, Sewerobaikalsk – Chakussy, Ust-Bargusin – Dawscha – Baikalskoje – Sewerobaikalsk (sehr viel befahren, da man den Rest des Jahres aus Sewerobaikalsk nicht in zehn Stunden nach Ulan-Ude kommt). Ungern wird der Baikal zwischen Olchon und der Ostseite überquert. Wegen Unebenheiten in der Uferregion verlaufen die Pisten meist in einigem Abstand.

Es wird dringend empfohlen, nur mit solchen Fahrern zu fahren, die den ty-

011ba Foto: rf



pischen Verlauf von **Spalten, Packeis und dünnen Stellen** (heiße Quellen unter Wasser) kennen. Vorsicht bei Städtern, die das behaupten! Die meisten Reiseunternehmen haben erfahrene Fahrer an der Hand. Auf Olchon und in Ust-Bargusin kann man Fahrer finden. Weitere Hinweise s. Kapitel „Landschaft und Natur: Klima“.

Mietwagen

Autos werden in der Region (anders als in Moskau) noch **selten ohne Fahrer** vermietet. Wer ein fremdes Auto fahren möchte, benötigt unbedingt eine schriftliche Einverständniserklärung des Besitzers. Die erste Adresse für Mietwagen in Irkutsk:

● *Konstantín Ilitsch Fúrmann*, Tel. Irkutsk (3952) 656523, 205205; www.rentour.irk.ru, info@rentour.irk.ru.

Wagen mit Fahrer können gemietet werden über **lokale Reiseveranstalter, Taxiunternehmen** (siehe Ortsbeschreibungen) oder **Hotels** (teurer). Richtwert für Preise (in Irkutsk): Pkw pro Stunde 300–400 Rubel, auf dem Land evtl. etwas billiger.

Einkaufen

Die **Versorgungslage** ist in russischen Städten (besonders Irkutsk) inzwischen ausgezeichnet. Problematisch kann für Menschen ohne Ortskenntnis sein, dass Geschäfte oft nicht so offensichtlich beschildert sind wie in Europa. Bei der Suche nach Spezialgeschäften können Gelbe Seiten weiter-

helfen, sind aber nicht immer vollständig und aktuell. Die beste Methode, um schnell das zu finden, was man sucht, ist, Einheimische zu fragen.

Lebensmittel kauft man in Städten am besten auf den **zentralen Märkten**, wo das Angebot am größten und die Qualität am besten sind. Ganz besonders empfiehlt es sich, am Rand der Märkte Ausschau zu halten nach Privatleuten, die selbst gepflückte Beeren, eigenes Gemüse, Milchprodukte oder Eingemachtes verkaufen. Solche „Gelegenheitsverkäufer“ sind in der Regel sehr ehrlich und ihre Produkte haben die beste Qualität. Mit Privatpersonen, die vor den Märkten Lebensmittel oder Textilien ohne Preisangaben verkaufen, kann man handeln.

Wer es eilig hat oder noch spät am Abend etwas braucht, findet inzwischen auch in größeren Dörfern an jeder Ecke kleine **Geschäfte und Kioske**, die oft rund um die Uhr geöffnet sind. In Irkutsk entstehen in den letzten Jahren sehr viele **Supermärkte**, in denen Grundnahrungsmittel kaum teurer sind als anderswo. Manchmal entsteht ein anderer Eindruck, weil auch viele importierte, teure europäische Lebensmittel und Delikatessen im Angebot sind. Für die meisten Importwaren gibt es aber günstige Alternativen aus russischer Produktion.

In kleinen **Dörfern** wird in den Geschäften meist kein Gemüse (Kartoffeln, Karotten) verkauft, da solche Grundnahrungsmittel von allen selbst angebaut werden. Genauso gibt es Probleme mit frischen Milchprodukten (Milch, Butter) sowie Brot, Fleisch und

Wurst (außer Konserven und vakuumverpackter Wurst). Käse gibt es oft nur in schlechter Qualität. Was überall verkauft wird, sind Trockenprodukte wie Mehl und Zucker, Reis, Nudeln, Buchweizen, Hirse, Haferflocken, Grieß, Rosinen, Fertigsuppen und Süßigkeiten.

Beim Einkaufen in vollen Geschäften ist es wichtig, sich von der richtigen Seite her **anzustellen**. Wo dies nicht eindeutig erkennbar ist, kann die einfache Frage „kto poslédni?“ schnell Klarheit verschaffen.

Souvenirs

Typische Souvenirs sind neben russlandweit verbreiteten Kunstgegenständen: **Halbedelsteine** (siehe „Geografie – Mineralien“ im Kapitel „Landschaft und Natur“) und Gegenstände aus **Birkenrinde** (s. „Kunsth Handwerk, Malerei und Fotografie“ im Kapitel „Menschen und Kultur“), auch gefüllt mit Taigafrüchten wie Beeren und Nüssen oder Tee. Originell sind kleine Schmuckstücke aus prähistorischem **Mammut-Elfenbein**, das auch in der Baikalsee-Region gefunden wird (Adressen siehe Ortsbeschreibungen).

Elektrizität

Das gesamte Baikalseegebiet ist an die Stromversorgung angeschlossen. Ausnahmen sind einzelne, weit abgelegene Touristenunterkünfte (Sandbucht). Hier werden zu bestimmten Tageszeiten **Dieselaggregate** eingesetzt.

Strom aus der Steckdose hat wie in Europa 220 Volt (Wechselspannung),

große Spannungsschwankungen sind jedoch vor allem in Dörfern keine Seltenheit. Auch **Stromausfälle** kommen etwas häufiger vor als in Europa. Leider haben **Steckdosen** kein einheitliches Format mehr, da (meist aus China) die unterschiedlichsten Normen importiert werden. In der Regel findet man aber immer irgendwo eine europäische Steckdose, sowohl in Privatwohnungen als auch in Hotels. In der **Transsibirien** können Steckdosen gegen eine Gebühr für das Aufladen von Kameras und Handys genutzt werden.

Essen und Trinken

Ess- und Trinkgewohnheiten

Die Ernährung in Russland unterscheidet sich etwas von der in deutschsprachigen Ländern. Zwar sind die Zutaten im Großen und Ganzen dieselben (es herrscht ein etwas geringeres Angebot an Gemüse-, Käse- und Wurstsorten), doch die **Zubereitung** und die Essgewohnheiten weisen Unterschiede auf, die Reisenden die Umstellung manchmal nicht leicht machen. So wird generell sehr **fett** gekocht, Salate werden meist mit viel Mayonnaise angemacht.

Gewöhnungsbedürftig ist für viele, dass zum **Frühstück** (nicht nur bei Privatpersonen, sondern auch in Pensionen) meist etwas Warmes gereicht wird: Brei aus Grieß, Hirse, Reis (russ: *káscha*), manchmal auch in Milch gekochte Nudeln. Oft gibt es sogar Gebratenes: Spiegelei, Pfann- bzw. Eierkuchen, Würstchen, Frikadellen, Fisch.

Ein **Mittagessen** besteht häufig aus Suppe bzw. Eintopf (z.B. *borschtsch* aus Kohl, Kartoffeln, roten Rüben, Möhren und Fleisch). Auch **abends** wird gekocht. Zu allen Mahlzeiten isst man Brot. Fleisch gibt es häufig in Suppen gekocht, seltener gebraten. Gemüse (mit Ausnahme von Kartoffeln) spielt eine untergeordnete Rolle. Nach jeder Mahlzeit trinkt man **Te** (in der Regel Schwarztee, seltener Grüntee) und isst dazu **Gebäck** (Kekse, gefüllte Teigtaschen, Torte) und Bonbons.

Wird **Wodka** getrunken, so müssen unbedingt kleine Beilagen (*sakúski*) dazu gereicht werden. Meist erfüllen diesen Zweck Brot, Speck, Wurst, Eingesalzenes, saure Gurken oder Pilze (zu Trinkgewohnheiten s. auch „Verhaltenstipps“).

Für **alternative Ernährungsformen** (vegetarische, vegane Kost) findet man in Sibirien wenig Verständnis. Dennoch geben sich Pensionen, Hotels und auch private Gastgeber bei rechtzeitiger Anmeldung Mühe, den Wünschen ihrer Gäste entgegenzukommen. Vegetarier, die Fisch essen, haben eigentlich keine Probleme. Andernfalls kann man, besonders direkt am Baikalsee, in ernsthafte Bedrängnis geraten. In guten Geschäften und Apotheken findet man manchmal Vollkorn- und Diätprodukte (auch für Diabetiker).

Typisch sibirische Speisen

Es gibt wenige Gerichte, die als typisch sibirisch bezeichnet werden können. Meist werden die kleinen fleischgefüllten **Teigbällchen** *pelméni* (ähn-



Register

A

Aberglaube 183
 Abholzung 121
 AIDS 40
 Aja-Bucht 278
 Ajaja-Bucht 493
 Alaska 139
 Alexander I. 130, 411
 Alexander II. 130, 411
 Alexander III. 130, 222
 Alla 455
 Alphabet, kyrillisches 504
 Alpinski 63
 Alte Baikalbahn 333
 Altgläubige 180
 Altgläubigendörfer 405
 Alygdscher 317
 Andropow, Juri 130
 Angara 246
 Angara, Obere 479
 Angara-Legende 248
 Angara-Stausee 231, 321
 Angarsk 242
 Angasolka 342
 Angelsport 64
 Anreise 18
 Apotheke 56
 Aral-Halbinsel 285
 Arangatui-See 440
 Arbeiten 37
 Arbeitsaufenthalte 37
 Arbeitslager 244
 Architektur 196
 Armut 152, 193
 Arschan 357
 Ärzte 56
 Ausfuhrbeschränkungen 29
 Auslandskrankenversicherung 42
 Ausrüstung 33
 Ausrüstung, Wandern 85
 Aussprache 504
 Autofahren 46
 Autonome burjatischer
 Bezirk Ust-Ordynski 271

B

Babuschkin 420
 Baden 64

Bahn 22, 78, 339, 468
 Baidin-Höhlen 274
 Baikal in Zahlen 97
 Baikal-Amur-Magistrale 145, 460, 468, 486
 Baikalbahn 333
 Baikal-Biosphärenreservat 348
 Baikal-Gebirge 462
 Baikal-Lena-Reservat 307
 Baikal-Lied 436
 Baikalrobben 115, 445
 Baikalsk 346
 Baikalskoje 475
 Bajandai 272
 BAM 145, 460, 468, 486
 Bandy 238
 Banja 56
 Bären 308, 496
 Bargusin 449
 Bargusin-Bucht 433
 Bargusin-Gebirge 446, 489
 Bargusin-Tal 446
 Bargusiner Biosphärenreservat 496
 Baturino 428
 Beeren 112
 Behinderte 37
 Benzin 46
 Bering, Vitus 139
 Bestuschew, Michail 410
 Bestuschew, Nikolai 410
 Bevölkerung 158
 Bildungswesen 194
 Billigfluglinien 19
 Biosphärenreservat 348, 496
 Birkenrinde 202
 Blumen 76
 Bodenschätze 137
 Bolschaja Retschka 249
 Bolschewiken 142
 Bolschije Koty 257
 Bolschoi Kunalei 406
 Bolschoje Goloustnoje 261
 Borreliose 41
 Botowskaja-Höhle 311
 Botschaften 25, 58
 Bratsk 319
 Brehm, Alfred 139
 Breschnew, Leonid 130
 Buchta Pestschanaja 264
 Buchung 19, 30
 Buddhismus 183, 454
 Buddhistisches Kloster Iwolginsk 402

Buguldeika 267
Burjaten 161
Burjatien 146
Burjatisch 68
Burjatische Sprachhilfe 506
Bus 24, 78
Butterwoche 55

C

Chadarta-Kap 283
Chakussy 490
Chamar-Daban-Gebirge 330, 348
Chanchoi-See 300
Chara-Nur-See 380
Charanzy 302
China 137
Chinesen 178
Choboi-Kap 302
Choito-Gol 368
Cholodnoje 482
Chongor-Ulla 365
Chorgoi-Halbinsel 301
Chruschtschow, Nikita 130
Chubsugul-See 369
Chuschir 295

D

Dagary 485
Dawscha 497
Dekabristen 138, 228, 410, 449
Diphtherie 40
Diplomatische Vertretungen 25, 58
Drei Brüder 302
Dschenginski-Reservat 457
Dschingis Khan 134, 287
Dselinda 487
Duma 147
Dybowski, Benedykt 177

E

Einfuhrbeschränkungen 29
Einkaufen 48
Einkommen 193
Einladung 25
Einreisebestimmungen 24
Eisdecke 106
Eisenbahn 22, 78, 339, 468
Eisformationen 108
Eishockey-Spiele 238
Eiswandern 86
Elektrizität 49

Erdbeben 94
Erman, Adolph 140, 260, 414
Essen 49
Ewenken 168, 447, 455

F

Fauna 108
Faxe 69
Februarrevolution 142
Feiertage 52
Fenster 198
Ferienhäuschen 71
Fernsehen 148
Feste 52, 167, 186
Fettfisch 115
Filme 55
Fisch 52
Fischarten 117
Fischerhütten 71
Flora 108
Flug 18
Flughafen, Irkutsk 239
Flug-Know-How 20
Flusstouren 65
Folklore 167, 172
Forschungsstation, biologische 258
Fotografieren 55
Frau in der Gesellschaft 195
Freilichtmuseum Talzy 247
Freilichtmuseum Ulan-Ude 397
Frolicha-See 494
FSME 41, 499

G

Gänsesee 408, 422
Gastronomie 51
Gaststätten 52
GBT 38
Gehälter 193
Geldfragen 38
Geldkarten, Verlust von 58
Geldüberweisungen 59
Geografie 90
Geologie 92
Georgi, Johann Gottlieb 140
Gepäck 20, 33
Geschäfte 48, 59
Geschichte 130
Gesprächskultur 76
Gesser-Epos 167
Gestik 72

Gesundheits-Informationen 40, 498

Getränke 49

Glimmermine 483

Glimmer-Seen 474

Glimmerstollen 474

Gold 142

Gorbatschow, Michail 130

Gorjatschinsk 432

Goudschekít 473

Grafit 378

Great Baikal Trail 38, 80

Gremjatschinsk 429

Grenzübertritt 28

GULAG 244

Gusínoje Ósero 409

Gusinoosjorsk 408

H

Heilige Nase 440

Heilige Stätten 191

Heiliger Berg Jeche Jord 277

Heiligtum, Neues 453

Heilquellen 357, 455

Hepatitis 499

Herzsee 349

Hirnhautentzündung 41

Hirschsteine 131, 225

Höhle Botowskaja 311

Holzhäuser 196

Hotels 70

Hubschrauber 314

Humboldt, Alexander von 139

Hütten 71, 81

Hygiene 56

Hymne 146

I

Ikatski-Gebirge 446

Ikonen 180

Iltschir-See 372

Imbiss-Stuben 52

Impfschutz 498

Industrialisierung 142

Informationsstellen 31

Insel Jarki 485

Internet 18

Internetcafés 18

Irkutsk 208

Islam 191

Iwan IV. 130, 135

Iwolginsk 402

J

Jagd 64, 121, 314

Jägerhütten 71

Jahreszeiten 102

Jakuten 177

Jarki 485

Jeche Jord 277

Jelanzy 272

Jelzin, Boris 130

Juden 450

Judentum 191

K

Kabansk 424

Kabansk-Naturschutzgebiet 424

Kadilnaja 260

Karten 34

Kastarma-See 316

Katharina II. 130, 141, 176

Katschug 310

Khanat 134

Kinder 36

Kirchenbesuche 77

Kjachta 413

Kleidung 33, 72

Kleines Meer 278

Klima 99

Kliniken 56

Klöster 184

Klöster im Selenga-Delta 425

Kloster Iwolginsk 402

Kloster Tamtschinski 409

Knjasew, Alexander 204

Kommunismus 142

Körperkontakt 73

Kosaken 134, 160

Kosten 40

Kotelnikow 477

Kotelnikow-Kap 478

Kotokel-See 431

Kotscherikowo 285

Krankenhäuser 56

Krankenversicherung 42

Krankheiten 41, 499

Kreditkarte 40

Kreditkarte, Verlust der 58

Krestowski-Kap 275

Kriminalität 62

Kultuk 341

Kumora 487

Kunst 201

Kunsthandwerk 201
Kurierdienste 60
Kurma 284
Kurumkan 454
Kurykanen 132, 287
Kutschiger 456
Kyren 366
Kyrillisches Alphabet 504

L

Lama 184
Landkarten 34
Landschaften 90
Lena 307, 327
Lenin 130
Lernen 37
Lieder 244
Liedermachertheater Listwjanka 255
Linienschiffe 60
Linientaxis 78
Listwjanka 250
Literatur 199
Literaturtipps 502

M

Mahlzeiten 73
Maidari-Fest 187
Maiski 455
Malerei 203
Märkte 48, 59
Masleniza-Fest 55
Maximicha 433
Medikamente 57
Medizin, Tibetische 185
Medizinische Versorgung 56
Mietwagen 48
Mimik 72
Minderheiten 176
Mineralien 94
Mobiltelefone 69
Mondy 368
Mongolei 368, 413
Mongolen 133, 161
Moskau 24
Moskauer Trakt 137
MRS 281
Muchur-Bucht 282
Mücken 41
Müll 81, 121
Munku Sardyk 380
Musik 204

N

Nachtleben 57
Namdakow, Daschi 202
Naseputzen 75
Nationalitäten 158
Nationalpark Pribaikalski 257
Nationalpark Sabaikalski 439
Nationalpark Tunka 357
Nationalparks 125
Naturreligion 188
Naturschutz 119
Naturschutzgebiet Kabansk 424
Naturschutzgebiete 126
Nauschki 419
NGOs 38
Nikola 249
Nikolai I. 411
Nikolaus I. 130
Nikolaus II. 130
Nilowka 367
Nischneangarsk 480
Nischneudinsk 312
Notfälle 58
Notrufnummern 58
Nowoselenginsk 410
Nowy Enchaluk 427

O

Obere Angara 479
Öffnungszeiten 59
Oka-Bezirk 373
Oka-Plateau 376
Olcha-Hochebene 331
Olchon 286
Omul 117
Onguren 285
Opferstellen 189
Orientierung 60
Orlik 377
Orthodoxie 178
Ortsnamenverzeichnis 505
Ost-Sajan-Gebirge 313

P, Q

Paddeltouren 65
Pensionen 70
Pestschánaja 302
Peter I. 130, 140, 163
Pferdepfähle 189, 291
Pflanzen 108
Picknick 74

Pik Poroschisty 352
 Pik Tscherskowo 348
 Pipelines 121
 Podkammennaja 264
 Polen 176
 Politik 147
 Polizei 58
 Poroschisty 352
 Port Baikal 341
 Posolsk 425
 Post 60
 Presse 149
 Pribaikalski-Nationalpark 257
 Primorski-Gebirge 250
 Privatunterkünfte 71
 Prowal-Bucht 426
 Putin, Wladimir 130, 148
 Quellen 95, 357, 376, 456

R

Radfahren 64
 Rafting 65
 Raskolotka 52
 Rasputin, Walentin 199
 Rauchen 76
 Registrierung 28
 Reisebüros 19
 Reisegepäck 33
 Reise-Gesundheits-Informationen 498
 Reisekosten 40
 Reiseschecks 59
 Reiseveranstalter 30
 Reisezeit 33
 Reiten 65
 Religion 178, 290
 Rentiere 315, 374, 483
 Republik Burjatien 146
 Reservat Dscharginski 457
 Reservate 125
 Restaurants 51
 Revolution 130
 Rickeziöse 41
 Robben 115, 445
 Routenplanung 62
 Rückbestätigung 21
 Russen 158
 Russisch 68
 Russische Föderation 145
 Russische Schrift 504
 Russlanddeutsche 176
 Rytj-Kap 309

S

Sabaikalski-Nationalpark 439
 Sachjurtá 281
 Sagan Saba 275
 Sakamensk 419
 Sama 284
 Sandbucht 264
 Sarma 283
 Saworotny-Kap 309
 Schadstoffbelastung 119
 Schamanenfelsen 290, 295
 Schamanenkap 345
 Schamanismus 188
 Schara-Nur-See 300
 Schegnanda 493
 Schelechow 245
 Schelichow, Grigori 139, 210
 Schemtschug 364
 Schiffsfahrten 60
 Schima 303
 Schimki 367
 Schirilda 493
 Schlangen 110
 Schlangenbucht 441
 Schlittschuhlaufen 66
 Schrift, kyrillische 504
 Schriftsteller 199
 Schulen 194
 Schumak 369
 Schutzgebiete 125
 See Arangatui 440
 See Chara-Nur 380
 See Chubsugul 369
 See Duchowoje 435
 See Frolicha 494
 See Iltschir 372
 Selenga-Delta 422
 Semjonowka 263
 Sennaja-Bucht 266
 Sergejew, Mark 199
 Sewerobaikalsk 463
 Seweromuisk 487
 Sibirien 91
 Sicherheit 62
 Skigebiet 63
 Ski-Langlauf 67
 Slawnoje more 436
 Sljudjanka 345
 Sojoten 175, 373
 Solnetschny-Kap 309
 Sor-Bucht 422

Souvenirs 49
 Sowjetunion 130, 145
 Sperrnummer bei Kartenverlust 59
 Sport 63
 Sprache 68, 504
 Sprachhilfe, burjatisch 506
 Sprachhilfe, russisch 502
 Sprachkurse 37
 Stadtverkehr 78
 Stalin 130, 138
 Steppe 113, 274
 Stier-Stein 452
 Stör 117
 Straßen 46
 Stromversorgung 49
 Studieren 37
 Stutenkopf-Kap 301
 Suchaja 428
 Suchaja-Bucht 266
 Suchoje Osero 264
 Südufer 330
 Sunduk-Kap 285
 Sushi 52
 Suwo 452

T

Taiga 108
 Taischet 318
 Tal der Vulkane 379
 Talzy 246
 Tamtschinski-Kloster 409
 Tanchoi 347
 Tanken 46
 Tarbagatai 406
 Tascheran-Steppe 274
 Tataren 177
 Tauchen 67
 Taximo 488
 Taxis 78
 Tee 50
 Teestraße 137
 Telefonieren 68
 Theater 204
 Thermalquelle Chakussy 490
 Thermalquelle Dselinda 486
 Thermalquelle Goudschekit 472
 Thermalquelle Kotelnikow 477
 Thermalquellen 95, 376, 455
 Tibetische Medizin 185
 Tiere 108
 Timofejewitsch, Jermak 135

Tissínski Arschan 385
 Tofalaren 172
 Tofalarien 313
 Toiletten 56
 Tollwut 500
 Tompa 493
 Tonnelny 487
 Tourismus 153
 Tragflächenboote 60, 256, 323
 Transkriptionen 504
 Transsib 141, 330
 Transsib-Fahrt 22
 Trinken 49
 Trinkgeld 70
 Trinkwasser 51
 Troizko-Selenginski-Kloster 425
 Tschermchowo 312
 Tschernenko, Konstantin 130
 Tschernorud 283
 Tscherski, Jan 177
 Tscherskowo 348, 478
 Tschitkan 451
 Tschiwyrkui-Bucht 442
 Tschuktschen 139
 Tuberkulose 40
 Tunka 364
 Tunka-Nationalpark 357
 Tunka-Tal 354
 Turan 368
 Turka 431
 Turkvölker 132
 Turuntajewo 428

U

Ubugun Chuschun 284
 Uchan-Kap 304
 UdSSR 130
 Ujuga-Kap 283
 Ulan-Nur-Kap 278
 Ulan-Ude 389
 Uljun 453
 Uljunchan 456
 Umchei 456
 Umweltbewegung 124
 Umweltprobleme 119
 Unegetei 407
 Universitäten 194
 Unterkunft 70
 Uschani-Inseln 445
 Usolje-Sibirskoje 311
 Ust-Bargusin 435

Ust-Kut 327
 Ust-Ordynski 271
 Usury 303
 Utulik 346

V

Vegetation 108
 Verbannung 137
 Vereine 31, 38
 Verhalten in der Natur 81
 Verhaltenstipps 71
 Verkehrsmittel 78
 Verkehrsregeln 46
 Versicherungen 42
 Verständigung 68
 Verwaltung 145
 Visum 25
 Vögel 118
 Völker 130, 158
 Volksepos 167
 Volksglaube 183
 Vorwahlnummern 68
 Vulkane 96, 363, 379

W

Währung 38, 39
 Waldbrände 120
 Wampilow, Alexander 199
 Wandern 79
 Warenangebot 193
 Wasser 51
 Wasserkraftwerk Bratsk 322
 Wasserkraftwerke 151
 Wasserverschmutzung 122
 Wasserversorgung 56
 Wechselkurse 39
 Wende 145
 Werchneudinsk 389
 Wetter 102
 Winterspiele Winteriada 238
 Wintersport 473
 Wirtschaft 149
 Wissenschaftler 140
 Wodka 50, 75
 Wrangel, Ferdinand 139
 Wydrino 347

Y, Z

Yak-Zucht 374
 Zecken 41, 499
 Zedern-Pass 266

Zeitschriften 149
 Zeitungen 149
 Zeitverschiebung 87
 Zellulosewerk 346
 Zelten 71, 81
 Zirbelkiefer 111
 Zobel 496
 Zobelsee 353
 Zollbestimmungen 29
 Zug 22, 78, 339, 468
 Zweiter Weltkrieg 143