

00 | jpa Foto: hz



Vor der Reise	Zentrale Karibikküste
Prakt. Reisetipps A-Z	Zentrale Pazifikküste
Land und Natur	Halbinsel Azuero
Staat und Gesellschaft	Der Westen
Menschen und Kultur	Der Osten
Panama-Stadt	Anhang
Umgebung Panama-Stadt	
Der Panamakanal	

Linda O'Bryan,
Hans Zaglitsch

Panama

„In Panama“, sagte er, „ist alles viel schöner, weißt du.
Denn Panama riecht von oben bis unten nach Bananen.
Panama ist das Land unserer Träume, Tiger.
Wir müssen sofort morgen nach Panama ...“

Janosch

Impressum

Linda O'Bryan,
Hans Zaglitsch

Panama

erschienen im
REISE KNOW-HOW Verlag Peter Rump GmbH
Osnabrücker Str. 79
33649 Bielefeld

© Peter Rump 1995, 1999, 2001, 2004, 2006, 2008

7., neu bearbeitete und komplett aktualisierte Auflage 2011

Alle Rechte vorbehalten.

Gestaltung

Umschlag: G. Pawlak, P. Rump (Layout);
André Pentzien (Realisierung)
Inhalt: Günter Pawlak (Layout);
Liane Werner (Realisierung)
Fotos: Hans Zaglitsch (hz)
Titelfoto: Hans Zaglitsch
Karten: Catherine Raisin, der Verlag
Umschlagkarten: Bernhard Spachmüller, der Verlag

Lektorat (Aktualisierung): André Pentzien

Druck und Bindung:

Wilhelm & Adam, Heusenstamm

ISBN 978-3-8317-1967-9

Printed in Germany

Dieses Buch ist erhältlich in jeder Buchhandlung Deutschlands, der Schweiz, Österreichs, Belgiens und der Niederlande.

Bitte informieren Sie Ihren Buchhändler über folgende Bezugsadressen:

Deutschland

Prolit GmbH, Postfach 9,
35461 D-Fernwald (Annerod)
sowie alle Barsortimente

Schweiz

AVA-buch 2000
Postfach, CH-8910 Affoltern

Österreich

Mohr Morawa Buchvertrieb GmbH
Sulzengasse 2, A-1230 Wien

Niederlande, Belgien

Willems Adventure
www.willemsadventure.nl

Wer im Buchhandel trotzdem kein Glück hat, bekommt unsere Bücher auch über unseren

Büchershop im Internet:

www.reise-know-how.de

Wir freuen uns über Kritik, Kommentare und Verbesserungsvorschläge, gern auch per E-Mail an info@reise-know-how.de.

Alle Informationen in diesem Buch sind von den Autoren mit größter Sorgfalt gesammelt und vom Lektorat des Verlages gewissenhaft bearbeitet und überprüft worden.

Da inhaltliche und sachliche Fehler nicht ausgeschlossen werden können, erklärt der Verlag, dass alle Angaben im Sinne der Produkthaftung ohne Garantie erfolgen und dass Verlag wie Autoren keinerlei Verantwortung und Haftung für inhaltliche und sachliche Fehler übernehmen.

Die Nennung von Firmen und ihren Produkten und ihre Reihenfolge sind als Beispiel ohne Wertung gegenüber anderen anzusehen. Qualitäts- und Quantitätsangaben sind rein subjektive Einschätzungen der Autoren und dienen keinesfalls der Bewerbung von Firmen oder Produkten.

Linda O'Bryan,
Hans Zaglitsch

Panama



REISE KNOW-HOW im Internet



www.reise-know-how.de

- › Ergänzungen nach Redaktionsschluss
- › kostenlose Zusatzinfos und Downloads
- › das komplette Verlagsprogramm
- › aktuelle Erscheinungstermine
- › Newsletter abonnieren

Bequem einkaufen im Verlagsshop mit Sonderangeboten



Vorwort

Es gibt heutzutage nur noch wenige reizvolle Länder, die nicht von Urlaubern überschwemmt sind, keine touristisch maßgeschneiderten, künstlichen Welten haben und nicht vom Tourismuskommerz und -konsum geprägt werden. Panama ist eines davon. Diese Tatsache und die Schönheiten Panamas machen es zu einem der letzten Paradiese auf der Erde, zu einem jungfräulichen Land in jeder Hinsicht.

Aber was ist schon über dieses kleine Land im Südosten Zentralamerikas bekannt, das meistens in einem Atemzug mit dem Panamakanal erwähnt wird. Der Bau ist zwar eine gigantische Leistung der Ingenieursarbeit und eines der teuersten Einzelunternehmen überhaupt, doch sollten auf keinen Fall die anderen Sehenswürdigkeiten Panamas in den Schatten gestellt werden. Deshalb möchten wir Ihnen mit diesem Reisehandbuch das kleine zentralamerikanische Land näherbringen.

Um es gleich vorwegzunehmen: Die panamaische Tourismusbranche steckt in vielen Regionen noch immer in den Kinderschuhen, und die Touristen, die nach Panama kommen, konzentrieren sich weitgehend auf die Landeshauptstadt Ciudad de Panamá mit ihren vielen Einkaufsmöglichkeiten, auf den Panamakanal, auf das Bergdorf Boquete und die Inselwelt von Bocas del Toro. Gerade deswegen werden Sie unterwegs relativ wenig internationalen Touristen begegnen und ein Land

vorfinden, das ungeahnte Schönheiten zu bieten hat: viele palmengesäumte, menschenleere Strände, mehr Inseln, als das Jahr Tage zählt, ehrwürdige historische Stätten und Natur in Hülle und Fülle. Rund dreißig Naturschutzgebiete erstrecken sich zwischen den mystisch erscheinenden Nebelwäldern der Bergregion im Westen und dem nahezu unberührten Regenwald im Osten, dem größten zusammenhängenden Urwald in Zentralamerika.

Die gastfreundlichen, warmherzigen Menschen, die mit Stolz ihr kulturelles Erbe hegen und temperamentvolle Feste mit Salsa, Ragga und Kongos feiern, freuen sich, wenn europäische Touristen ihr Dorf besuchen, Kirchen und sonstige Sehenswürdigkeiten bestaunen oder einfach nach einem gemütlichen Plätzchen suchen. Und sie sind überaus hilfsbereit, ohne dabei auch nur einen Gedanken an ihren Vorteil zu verschwenden.

Panama hat Charme und ist gut zu bereisen. Das Land hat ein gutes Bussystem, gute Inlandsflugverbindungen und relativ gute Straßen, die auch eine Reise durchs Land mit einem Mietauto ermöglichen. Mit etwas Zeit im Reisegepäck und ohne die Erwartung, überall perfektionierten Tourismus vorzufinden, werden Sie dieses faszinierende Land entdecken können.

Gute Reise – *hasta luego en Panamá!*

Linda O'Bryan,
Hans Zaglitsch

Verzeichnis der Abkürzungen

AC	<i>Aircondition</i> (Klimaanlage)	Edif.	<i>Edificio</i> (Gebäude)
ANAM	Staatliche Natur- schutzbehörde	Esq.	<i>Esquina</i> (Ecke)
Apdo., Aptdo.	<i>Apartado Postal</i> (Postfach)	EZ	Einzelzimmer
Ave., Av.	<i>Avenida</i> (große Straße)	Loc.	<i>Local</i> (Geschäft)
B/.	<i>Balboa</i> (Landeswährung)	No., N.	<i>Numero de la casa</i> (Hausnummer)
C&W	Telefongesellschaft	Nvo.	<i>Nuevo</i> (neuer Stadtteil)
Cd.	<i>Ciudad</i> (Stadt)	Ofic., Ofc.	<i>Oficina</i> (Büro)
Cl.	<i>Calle</i> (kleine Straße)	Pma.	Panamá (wird nur für Panama-Stadt verwendet)
COTEL	Post	Pto.	<i>Puerto</i> (Hafen)
Ct.	<i>Centesimo</i> (Münze)	Sta.	<i>Santa</i> (Heilige)
DBZ	Dreibettzimmer	Sto.	<i>Santo</i> (Heiliger)
DZ	Doppelzimmer	Urb.	<i>Urbanización</i> (Neubausiedlung)

Danke!

An dieser Stelle möchten wir herzlichen Dank sagen an alle Personen, die uns vor, während und nach unserer Reise bei der Erstellung des Reiseführers mit Rat und Tat zur Seite standen. Unser besonderer Dank gilt allen Reisenden, die mit zahlreichen Tipps an dieser Überarbeitung mitgeholfen haben, sowie unseren panamaischen Freunden *Ivy Vergara Correa* in Guararé und *Dr. Maleny Rivera Soriano* in

Sabana Grande, mit denen wir sehr viel Zeit verbrachten und die unsere Aufenthalte immer wieder zu unvergessbaren Erlebnissen machen – sowohl tagsüber wie auch in mancher (anstrengenden) Nacht.

Hinweise zur Benutzung

Einen kurzen Überblick mit praktischen Informationen für die Vorbereitung und für die Reise vor Ort erhalten Sie im Kapitel „Vor der Reise“, ausführlichere Informationen im Kapitel „Praktische Reisetipps A-Z“. Der landeskundliche Teil soll für die Einstimmung zu Hause und unterwegs sorgen und besteht aus den Kapiteln „Land und Natur“, „Staat und Gesellschaft“ und „Menschen und Kultur“.

Im Anschluss an die Landeskunde folgt ein umfangreicher Reiseteil, der nach den geografisch- bzw. verkehrsbedingten Gegebenheiten unterteilt wurde. Zahlreiche Landkarten, Stadtpläne und Detailpläne werden ihre Reise unterstützen.

Der Reiseteil beginnt mit der Beschreibung der Hauptstadt, der Drehscheibe im nationalen und internationalen Bus- und Flugnetz. Daran schließen sich die Umgebung der Hauptstadt und der Panamakanal an, alles ab Panama-Stadt leicht an einem Tag erreichbar. Danach folgen die Zentrale Karibikküste und die Zentrale Pazifikküste, die Halbinsel Azuero und der Westen. Zum Schluss wird der Osten des Landes beschrieben.

Die Ortsbeschreibungen sind so aufgebaut, dass sie zunächst einen Eindruck des Ortes erhalten, in historisch wichtigen Orten zusätzlich einen Einblick in die Geschichte. Wenn ein Ort mehrere Sehenswürdigkeiten anzubieten hat, sind diese unter „Sehenswertes“ beschrieben, bei Panama-Stadt

unter anderem mit einem Rundgang durch die Altstadt. Die touristisch wichtigen Informationen, wie beispielsweise An- und Weiterreise mit dem Bus, Unterkunft, Essen und Trinken, Geld wechseln, Telefonieren oder Wäscheservice sind bei jedem größeren Ort übersichtlich im Abschnitt „Praktische Hinweise“ geordnet.

Sie werden im Buch auf zahlreiche Querverweise stoßen, die zum jeweiligen Thema auf ergänzende Informationen hinweisen sollen.

Die sorgfältig recherchierten Informationen dieses Reisehandbuches sind nolens volens dem Wandel unterworfen. Obwohl wir ständig versuchen, das Reisehandbuch zu aktualisieren, sind wir auch auf Ihre Mithilfe angewiesen. Darum schreiben Sie uns bitte, was sich geändert hat, damit das Buch immer aktuell und zuverlässig bleibt. Aber auch Verbesserungsvorschläge nehmen wir gerne entgegen.

Inhalt

Vorwort	7
Verzeichnis der Abkürzungen	8
Hinweise zur Benutzung	9

Vor der Reise

Das Wichtigste in Kürze	14
Panama im Überblick	17
Was Sie unbedingt wissen sollten	18

Praktische Reisetipps A–Z

(unter Mitarbeit von E.H.M. Gilissen)

An- und Weiterreise	20
Ausrüstung	25
Autofahren	27
Bekleidung	31
Diplomatische Vertretungen	31
Ein- und Ausreisebestimmungen	31
Einkaufen	35
Elektrizität	36
Essen und Trinken	37
Feste und Feiertage	41
Fotografieren	45
Frauen allein unterwegs	46
Geldangelegenheiten	47
Gesundheit	49
Hygiene	50
Informationsstellen	51
Mit Kindern unterwegs	53
Maße und Gewichte	53
Nachtleben	53
Öffnungszeiten	54
Orientierung	54
Post	56
Reiseveranstalter	57
Reisezeit	57

Sicherheit	58
Souvenirs	62
Sport und Erholung	64
Sprache	68
Telefon und Internet	70
Uhrzeit	72
Unterkunft	73
Verkehrsmittel	75
Versicherungen	81
Zeitungen	84

Land und Natur

Geografie	86
Landschaften Panamas	86
Klima	96
Flora	97
Fauna	102
Natur- und Umweltschutz	113

Staat und Gesellschaft

Geschichte	121
Staat und Politik	165
Massenmedien	168
Wirtschaft	170
Tourismus	174

Menschen und Kultur

Bevölkerung in Zahlen	178
Die Regenbogengesellschaft	179
Die Frau in der Gesellschaft	190
Religion	192
Architektur	193
Literatur	196
Kunsthandwerk	198
Malerei	203
Musik und Tanz	206
Bildungswesen	211
Gesundheitswesen	212

Panama-Stadt

Geschichte	214
Überblick	216
Unterwegs in Panama-Stadt	218
Sehenswertes	221
An- und Weiterreise	249
Unterkunft	253
Essen und Trinken	255
Unterhaltung	258
Einkaufen	259
Adressen A–Z	261

Umgebung von Panama-Stadt

Playa Bonita	264
Playas Far Fan und Veracruz	264
Parque Municipal y Jardín Botánico Summit	264
Die Naturschutzgebiete	265
Isla Taboga	275
Isla Contadora	277

Der Panamakanal

Vom Traum zur Wirklichkeit	281
Rund um den Kanalbetrieb	292

Zentrale Karibikküste

Colón	300
Costa Abajo	304
Costa Arriba	305

Zentrale Pazifikküste

In Richtung Westen	319
Altos de Campana	319
Punta Chame	321
Playa Gorgona	321
Playa Coronado	322

San Carlos	323
El Valle	323
Playa Corona	331
Playa Santa Clara	331
Playa Blanca	332
Penonomé	332
Parque Nacional El Copé	336
El Caño	337
Natá	338
Aguadulce	339

Halbinsel Azuero

Santa María	345
Parita	346
Parque Nacional Sarigua	347
Chitré	349
Los Santos	354
Das Hinterland von Chitré	359
Guararé	360
Las Tablas	364
Pedasí	369
Isla Iguana	369
Playa Venado	371
Isla Cañas	371
Tonosí	372

Der Westen

Überblick	376
-----------	-----

Provinz Veraguas

Santiago	379
Parque Nacional Isla de Coiba	386

Provinz Chiriquí

Zwischen Santiago und David	390
David	391
Boquete	400
Parque Nacional Volcán Barú	411

Volcán	412	Comarca de San Blas	
Bambito	414	San-Blas-Inseln	441
Cerro Punta	415	Naturschutzgebiet Nusagandí	448
Parque Int. La Amistad	417		
Von David nach Costa Rica	418	Provinz Darién	
Halbinsel Burica	418	Vorbereitung	452
		Von Panama-Stadt nach	
		Yaviza	453
Provinz Bocas del Toro		Yaviza	456
Von Chiriquí nach Bocas	421	El Real	459
Almirante	424	Parque Nacional Darién	462
Bocas del Toro	425	Pazifikküste	465
Isla Caranero	432		
Isla Bastimentos	432	Anhang	
Parque Nacional Isla Bastimentos	436		
		Glossar	468
Nach Costa Rica		Literaturtipps	472
Changuinola	437	Reise-Gesundheits-Information	
Guabito	438	Panama	474
		Register	495
Der Osten		Kartenverzeichnis	503
		Die Autoren	504
Überblick	440		

Exkurse

Panamas Staatssymbole	120
El Comandante Noriega	154
Operation Just Cause	160
Der Urwald vor der Haustür	239
Los Bailes de los Congos	314
Der Panamahut	340
La casa de quincha	343
La pollera	362
Wenn in Las Tablas Karneval gefeiert wird	366
Bis der Kaffee in Ihre Tasse kommt	404
Die Schildkröte und der Leguan	429
Banane ist nicht gleich Banane	435
La mola – von der Körperbemalung zum Kunsthandwerk	450