



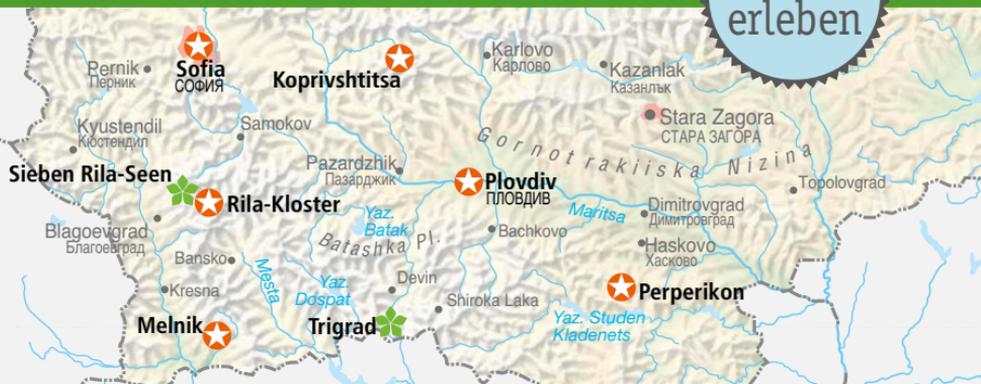
Simone Böcker
Georgi Palahutev

Bulgarien

Entdeckungsreisen auf dem Balkan: von der Metropole
Sofia zu einsamen Klöstern in einer unbekanntem Bergwelt,
ins Donautal und an die Schwarzmeerküste ...

DUMONT
REISE-HANDBUCH

aktiv
erleben





RUMÄNIEN

Bucuresti

Silistra

Belogradchik (S. 215)

Naturpark Rusenski Lom (S. 289)

Reservat Sbornyanovo (S. 299)

Naturreservat Kaliakra (S. 326)

SERBIEN

Westbalkan

Veliko Tarnovo (S. 236)

Ostbalkan

Nesebar (S. 331)

Sofia (S. 106)

Koprivshitsa (S. 390)

Zentralbalkan

Cherno More (Schwarzes Meer)

NORD-MAZEDONIEN

Sieben Rila-Seen (S. 160)

Rila-Kloster (S. 164)

Plovdiv (S. 362)

Perperikon (S. 420)

Naturpark Strandzha (S. 351)

GRIECHENLAND

Melnik (S. 191)

Trigrad (S. 415)

TÜRKEI

Istanbul

Marmara Denizi (Marmara-Meer)

Egéo Pélagos (Ägäisches Meer)

- Kulturerlebnis
- Naturerlebnis



0 20 40 60 80 km

Simone Böcker
Georgi Palahutev

Bulgarien

DUMONT
REISE-HANDBUCH

Inhalt

Dobre doshli im Land der Berge und des Meeres	8
Reisen in Bulgarien	10
Planungshilfe für Ihre Reise	13
Vorschläge für Rundreisen	18

Wissenswertes über Bulgarien

Steckbrief Bulgarien	22
Natur und Umwelt	24
Wirtschaft, Soziales und aktuelle Politik	30
Geschichte	38
Zeittafel	48
Gesellschaft und Alltagskultur	50
Architektur, Kunst und Kultur	56

Wissenswertes für die Reise

Anreise und Verkehr	68
Übernachten	72
Essen und Trinken	75
Outdoor	80
Feste und Veranstaltungen	83
Reiseinfos von A bis Z	86

Unterwegs in Bulgarien

Kapitel 1 – Sofia und Umgebung

Auf einen Blick: Sofia und Umgebung	104
Sofia	106
Geschichte	106
Sehenswertes	108
Die Umgebung von Sofia	130
Izgreb · Vitosha-Gebirge	130
Aktiv: Wanderung von Aleko zu den Zlatni Mostove	138
Kyustendil und Umgebung	140



Kapitel 2 – Rila- und Pirin-Gebirge

Auf einen Blick: Rila- und Pirin-Gebirge	150
Rila-Gebirge	152
Iskar-Stausee · Samokov	152
Aktiv: Besteigung des Musala-Gipfels	154
Borovets	155
Nationalpark Rila	156
Zum Rila-Kloster	161
Aktiv: Entlang der Sieben Rila-Seen zum Rila-Kloster	162
Rila-Kloster	164
Die Umgebung des Rila-Klosters	168
Vom Rila-Kloster nach Bansko	169
Pirin-Gebirge	171
Bansko	171
Nationalpark Pirin	179
Aktiv: Zu den blauen Seen im Pirin-Gebirge	182
Abstecher in die West-Rhodopen	183
Von Bansko nach Velingrad	185
Kresna-Schlucht	187
Sandanski	189
Rupite · Melnik	191
Aktiv: Panoramawanderweg um Melnik	196
Rozhen-Kloster	197



Kapitel 3 – Balkan

Auf einen Blick: Balkan	202
Westbalkan	204
Von Sofia nach Vratsa	204
Aktiv: Zwei Wanderungen im Iskar-Durchbruch	205
Vratsa und Umgebung	206
Varshets, Berkovitsa und Umgebung	210
Chiprovtsi	213
Belogradchik	215
Magura-Höhle	218
Zentralbalkan	220
Teteven und Umgebung	220
Aktiv: Auf dem Hauptkamm des Balkangebirges	222
Von Teteven nach Gabrovo	223
Gabrovo	227



Ausflüge von Gabrovo	229
Tryavna	232
Dryanovo und Umgebung	234
Veliko Tarnovo	236
Aktiv: Von Veliko Tarnovo nach Arbanasi	242
Arbanasi	246
Elena	249
Ostbalkan	252
Sliven	252
Ausflüge von Sliven	254
Zheravna	256
Kotel	258

Kapitel 4 – Donauebene

Auf einen Blick: Donauebene	262
Westliche Donauebene	264
Vidin	264
Von Vidin nach Pleven	268
Pleven	271
Aktiv: Wanderung zum Krushuna-Wasserfall	276
Lovech	277
Svishtov	278
Von Svishtov nach Ruse	281
Östliche Donauebene	282
Ruse	282
Aktiv: Kajaktour auf der Donau	288
Abstecher nach Tutrakan	289
Naturpark Rusenski Lom	289
Razgrad	292
Shumen	293
Ausflüge von Shumen	296
Isperih	299
Reservat Sboryanovo	299
Silistra	301
Ausflüge von Silistra	302



Kapitel 5 – Schwarzmeerküste

Auf einen Blick: Schwarzmeerküste	306
Nördliche Schwarzmeerküste	308
Varna	308
Ausflüge von Varna	316
Aktiv: Wanderung im Naturpark Zlatni Pyasatsi	318
Die Seebäder nördlich von Varna	320
Dobrich	325
Naturreservat Kaliakra	326
Die Umgebung von Kaliakra	328
Südliche Schwarzmeerküste	331
Nesebar	331
Slanchev Bryag	336
Die Umgebung von Slanchev Bryag	337
Pomorie	337
Burgas	340
Ausflüge von Burgas	344
Sozopol	345
Aktiv: Bootstour zur Insel Sveti Ivan	348
Naturreservat Ropotamo	349
Weiter nach Tsarevo	349
Naturpark Strandzha	351
Aktiv: Wanderung im Naturpark Strandzha	357



Kapitel 6 – Südbulgarien

Auf einen Blick: Südbulgarien	360
Plovdiv	362
Geschichte	362
Plovdivs Mitte	363
Altstadt	366
Rosental	374
Stara Zagora	374
Kazanlak und Umgebung	377
Shipka und Umgebung	383
Kalofer	383
Aktiv: Besteigung des Botev	384
Karlovo	386
Sopot	389
Koprivshtitsa	390
Starosel und Hisarya	394



West-Rhodopen	396
Von Plovdiv nach Velingrad	396
Velingrad	397
Aktiv: Per Bahn und Mountainbike durch die Rhodopen	398
Bachkovo-Kloster	400
Vom Bachkovo-Kloster nach Chepelare	403
Chepelare	404
Pamporovo · Smolyan	405
Aktiv: Wanderweg von Orehovo nach Trigrad	406
Momchilovtsi · Arda-Tal	409
Shiroka Laka	412
Devin	413
Trigrad und Umgebung	415
Ost-Rhodopen	418
Aleksandrovo	418
Beli Plast	419
Perperikon	420
Kardzhali und Umgebung	420
Tatul · Dyavolski Most · Zlatograd	424
Ivailovgrad	425
Mezek · Madzharovo und Umgebung	426
Kulinarisches Lexikon	428
Sprachführer	430
Register	434
Abbildungsnachweis/Impressum	440

Themen

Wann endlich ist die Transition vorbei?	32
Jahre der Proteste und Enttäuschungen	35
Mutri – die bulgarische Mafia	46
Roma, die ungeliebte Minderheit	51
Chalga – der bulgarische Pop-Folk	60
Realitäten in Beton – Leben im Plattenbau	123
Die Rettung der bulgarischen Juden	146
Naturschützer gegen Baumafia	178
Bulgarischer Wein – alte Tradition rund um die Traube	198
Die Klöster – Hüter des bulgarischen Geistes	251
Salzlagune Pomorie-See	339
Paradies für Schatzgräber – Archäologen gegen den Ausverkauf	380
Vasil Levski – Freiheitsapostel im Dauereinsatz	388
Erbe der Osmanen – das Verhältnis zur türkischen Minderheit	422

Alle Karten auf einen Blick

Sofia und Umgebung: Überblick	105
Sofia	110
Großraum Sofia	134
Wanderung von Aleko zu den Zlatni Mostove	138
Rila- und Pirin-Gebirge: Überblick	151
Besteigung des Musala-Gipfels	154
Wanderung entlang der Sieben Rila-Seen zum Rila-Kloster	162
Bansko	174
Wanderung zu den blauen Seen im Pirin-Gebirge	182
Melnik	192
Balkan: Überblick	203
Wanderung auf dem Hauptkamm des Balkangebirges	222
Veliko Tarnovo	238
Wanderung von Veliko Tarnovo nach Arbanasi	242
Donaubene: Überblick	263
Vidin	266
Pleven	272
Ruse	284
Schwarzmeerküste: Überblick	307
Varna	310
Wanderung im Naturpark Zlatni Pyasatsi	318
Nesebar	334
Burgas	342
Wanderung im Naturpark Strandzha	357
Südbulgarien: Überblick	361
Plovdiv: Neustadt	364
Plovdiv: Altstadt	368
Besteigung des Botev	384
Koprivshtitsa	391
Wanderung von Orehovo nach Trigrad	406

Dobre doshli im Land der Berge und des Meeres

Dobre doshli oder herzlich willkommen in Bulgarien – einem Land, das für viele noch immer ein weißer Fleck auf der Landkarte Europas ist. Eine Entdeckungsreise kann jedoch Erstaunliches hervorbringen: wunderschöne Berge, freundliche Menschen und eine Kultur und Geschichte an der Schnittstelle zwischen Europa und dem Orient.

Außer als billiges Urlaubsziel an der Schwarzmeerküste ist Bulgarien kaum bekannt und wenn doch, dann sind die Assoziationen eher düsterer Natur: Korruption, organisierte Kriminalität und Mafia. Negative Schlagzeilen dominieren die Presselandschaft sowohl im In- als auch im Ausland. Von Versäumnissen und Mängeln ist mehr zu hören als von Fortschritt und positiven Entwicklungen. Kein Wunder also, dass Bulgaren sich oft als »Europäer zweiter Klasse« fühlen, die von ihren europäischen Nachbarn mit hochgezogenen Augenbrauen bäugelt werden.

Wie aber ist Bulgarien wirklich? Bei aller berechtigten und notwendigen Kritik – die auch Bulgaren immer wieder selbst anstimmen – hat das Land so viel mehr zu bieten als die üblichen Klischees. Die Herzlichkeit und Gastfreundschaft der Menschen, die Besuchern offen entgegengebracht wird. Die Natur mit ihrer unsäglich schönen und abwechslungsreichen Bergwelt, die wegen der geringen Besiedlungsdichte vielerorts fast unberührt wirkt. Die Artenvielfalt zählt zu den größten in ganz Europa. Das Balkangebirge, das sich wie eine Wirbelsäule durch das Land zieht. Die alpinen Pirin- und Rila-Gebirge oder die sanften Rhodopen. Die Klöster, die als Orte der nationalen Selbsterfindung über Jahrhunderte den intellektuellen Geist gehütet haben und oft malerisch in der Landschaft liegen. Und nicht zu vergessen: die Tomaten. Rosa und fleischig

schmecken sie hier noch, wie Tomaten wirklich schmecken sollten.

Doch das »wahre« Bulgarien ist auch bei näherer Betrachtung schwer zu fassen, das Land wirft bei Besuchern unweigerlich Fragen auf. Einerseits drängt es mit aller Wucht dem Westen entgegen und seine Bewohner fühlten sich schon lange vor dem EU-Beitritt als echte Europäer. In den Großstädten ähnelt der Lebensrhythmus den übrigen Städten Westeuropas. Mode, Freizeit, Warenwelt – Bulgarien ist schon längst dabei, den Lebensstil seiner westlichen Vorbilder zu kopieren und einzuholen. Und doch ist alles auch irgendwie anders. 45 Jahre Kommunismus haben ihre Spuren sowohl in den Köpfen der Menschen als auch in der städtischen Architektur hinterlassen und auf dem Land erinnert das Leben teilweise noch an vergangene Jahrhunderte.

Insgesamt stand Bulgarien über 700 Jahre des letzten Jahrtausends unter der Hegemonie fremder Mächte – ein Grund, warum eine eigenständige Weiterentwicklung und Reformbewegung nicht stattfinden können. Mit diesem Reformstau, der plötzlich nach der neu gewonnenen Freiheit 1989 zutage trat, schlägt sich die bulgarische Gesellschaft seit über 30 Jahren herum. Die Phase der sogenannten Transition bedeutete nicht nur die Umstellung vom sozialistischen auf das kapitalistische System, sondern ist ein harter

Kampf um eine demokratische, gleichberechtigte Gesellschaft mit einer funktionierenden Zivilgesellschaft und für jeden geltenden Bürgerrechten.

Schon die ersten Eindrücke, die der Besucher sammelt, bieten Bilder voller Gegensätzlichkeit: Die Pferdekarren, die sich ihren Weg durch den dichtesten Stadtverkehr bahnen. Die alten Frauen, die am Straßenrand ihre selbst gemachten Deckchen und Marmeladen verkaufen. Die häufig kaputten Straßen und Plattenbausiedlungen der Vorstädte. Oder die malerischen Wiedergeburtshäuser, verschlafene Dörfchen mit Ziegen und Schafherden, zum Trocknen aufgehängte Paprikaschoten auf dem Balkon.

Bei diesem Zusammenprall von Traditionen und Moderne, von Orient und Okzident entstehen Risse. Viele vor allem junge Menschen pendeln zwischen dem traditionellen, ländlich-rückständigen Leben ihrer Eltern und Großeltern und den modernen Großstadtanforderungen des 21. Jh. Die politische Wende hat die Gesellschaft gespalten in Wendegewinner und Verlierer. Bei Erhebungen

erobern Bulgaren immer wieder den ersten Platz als das pessimistischste Volk Europas. Die Erfahrung scheint ihnen recht zu geben, denn die Hoffnung auf ein besseres Leben wurde seit 1989 immer wieder enttäuscht. Selbst der EU-Beitritt im Jahr 2007 hat bislang nicht spürbar dazu beigetragen, die Lebensumstände für einen Großteil der Menschen zu verbessern.

Bulgaren bewegen sich aufgrund all dessen in einer Zwickmühle: Sie lieben ihr Land aufrichtig und verdammen es gleichzeitig. Für beides haben sie Gründe, denn in Bulgarien koexistiert die außergewöhnliche Schönheit der Landschaft mit den Nebeneffekten einer schwierigen, bis heute nicht aufgearbeiteten Geschichte. Die Schönheit zu genießen und auf ungewohnte und manchmal unverständlich erscheinende Phänomene nicht mit vorschnellen Verurteilungen zu reagieren, hilft dabei, sich dem Land wirklich zu nähern. Und die Bulgaren machen es einem leicht: Gern bitten sie Besucher an ihren Tisch, um ihnen bei *ra-kia* und einem ausgiebigen Essen – beides unerlässlich für die viel gepriesene bulgarische Gastfreundschaft – ihr Land zu erklären.

Die Autoren

Simone Böcker
Georgi Palahutev

www.simone-boecker.de
www.palahutev.com



Simone Böcker ist freie Journalistin und hat jahrelang aus Bulgarien und den Nachbarländern berichtet. Kaum eine Region Europas ist für sie so spannend und voller Geschichte und Geschichten. Georgi Palahutev ist seit 2001 staatlich geprüfter Reiseleiter und Wanderführer in seinem Heimatland Bulgarien. Reisen ist seine größte Leidenschaft. Er lebt mit seiner Familie in Sofia, doch verbringen sie viel Zeit in der Natur. Nach unzähligen Reisen kennt er jeden Winkel Bulgariens.

Reisen in Bulgarien

Bulgarien ist in erster Linie als Sommerreiseziel für Badeurlaub an der Schwarzmeerküste bekannt. Dabei liegen seine wahren Schätze hauptsächlich im Landesinneren: Die grandiose Natur- und Bergwelt und ein großes historisches und kulturelles Erbe. Ob Land der Rosen, Weinland oder Wanderparadies – Reisende werden in Bulgarien viele verschiedene Facetten entdecken. Dazu gehören auch die vom Sozialismus gezeichneten Städte sowie die oft einfachen, ärmlichen Verhältnisse vor allem auf dem Land, die manchmal an das Leben voriger Jahrhunderte erinnern.

Das touristische Angebot Bulgariens ist in den letzten Jahren breiter und moderner geworden. Unterkünfte werden renoviert, schicke Hotels bieten Spa und Wellness an, Aktivurlaub wird groß geschrieben und man kann mittlerweile auch online bei einheimischen Reiseveranstaltern buchen. Zwar steigen die Preise seit der EU-Mitgliedschaft 2007, doch ist Bulgarien noch immer ein preiswertes Reiseziel und weniger als zwei Flugstunden von Westeuropa entfernt.

Schwarzmeerküste – Badeurlaub und viel mehr

Massentourismus mit Ballermann-Stimmung ist charakteristisch für die großen Badeorte **Zlatni Pyasatsi** (Goldstrand) und **Slanchev Bryag** (Sonnenstrand), wenn die Schwarzmeerküste ab Mitte Juni bis Ende August mit Touristen überflutet ist. Darüber hinaus findet man an der ca. 400 km langen Sandküste auch noch kleine, vom Rummel verschonte Orte wie **Krapets**, **Sarafovo**, **Ahtopol** und **Varvara**. Familiengeführte Pensionen und Hotels bieten ein gutes Preis-Leistungs-Verhältnis – Ruhe inklusive. Die wenigen Campingplätze sind in der Regel von Juni bis September geöffnet und oft ausgebucht.

Kulturelle Höhepunkte an der Schwarzmeerküste sind **Nesebar** (UNESCO-Welterbe) und **Sozopol** mit ihren typischen Häusern und Kirchen. In Varna, der Perle am Schwarzen Meer, ist das älteste Gold in Europa (ca. 6500 Jahre alt!) zu besichtigen. Hier blüht im Sommer zudem bei zahlreichen Veranstaltungen das Kulturleben.

Die Schwarzmeerküste bietet auch sehr viel für Naturliebhaber und Aktivurlauber. Die Seebäder nördlich von Varna verfügen beispielsweise über eigene Thermalquellen. Unmittelbar an der Küste liegen zwei Naturparks: Bei **Zlatni Pyasatsi** im Norden wandert man zum Felsenkloster Aladzha, das **Strandzha-Gebirge** im Süden kann man auch per Rad oder Boot entdecken und dabei in traditionellen Dörfern übernachten. Die Küste ist Teil der **Zugvogelstraße Via Pontica** und im Mai und August beobachtet man seltene Vögel wie Rosa- und Krauskopfpelikane.

Land der Thraker, der Rosen und des Weins

Bulgarien befand sich immer am Kreuzweg zwischen Orient und Okzident. Viele Völker haben hier ihre Spuren hinterlassen: Thraker, Römer, Byzantiner, Slawen und Osmanen. Im Laufe eines Tages kann man Denkmäler verschiedener Epochen und Kulturen besichtigen, so z. B. in **Plovdiv** das römische Theater, die osmanischen Moscheen und orthodoxen Kirchen sowie die Bürgerhäuser im Stil der bulgarischen Wiedergeburt. Ein erstaunliches Erbe hat das antike Volk der Thraker hinterlassen: Kuppelgräber, Tempel und Heiligtümer, Grabbeigaben, Gold- und Silberschätze. In der Umgebung der Stadt **Kazanlak** kann man auf den Spuren der Thraker gehen.

Zu den kulturellen Höhepunkten im Landesinneren gehören die Museumsdörfer **Koprivshtitsa**, **Arbanasi** und **Zheravna**, mit

telalterliche Festungen wie **Tsarevets** sowie zahlreiche **Klöster** und **Kirchen**. Die prächtigen architektonischen Ensembles, die alten Ikonen, großartigen Holzschnitzereien und farbenfrohen Wandmalereien der christlichen Gotteshäuser machen einen wesentlichen Teil des kulturellen Reichtums des Landes aus.

Die **Rose** ist das Wahrzeichen Bulgariens. Mitte Mai bis Anfang Juni erfüllt der Duft von Milliarden von Rosenblüten die Gegend zwischen den Städten Karlovo und Kazanlak im Rosental südlich des Balkangebirges. Nur hier und nirgendwo anders sonst wächst die *Rosa damascena*. Wie man Rosenöl gewinnt, kann man in den Destillierien im Rosental erfahren.

Bulgarien ein **Weinland**? Für viele ist dies zunächst eine Überraschung, dabei erwähnte schon der Historiker Herodot die schweren thrakischen Weine. Bulgarien hat in den vergangenen Jahren eine qualitätsorientierte Entwicklung durchlaufen. In der größten Weinbauregion, der Thrakischen Ebene, wird die heimische Sorte Mavrud angebaut. Eine Besonderheit ist auch die autochtone Breiter-

Melnik-Rebe, die in der Region der Stadt Melnik wächst. Viele Weinkeller kann man besuchen und die Tropfen kosten.

Bulgarien als Naturerlebnis

In Bulgarien überwältigt vor allem die großartige und vielfältige Natur mit ihren Bergen, Seen, Flüssen, Ebenen und Wäldern. Bulgariens Flora und Fauna gehört zu den artenreichsten in ganz Europa. Botanikreisen sowie Vogel- und Bärenbeobachtungstouren werden von einheimischen Reiseveranstaltern angeboten. Etwa 34 % des Territoriums steht unter Naturschutz. Bulgarien ist ein ideales Reiseziel für intensive Naturerlebnisse und Aktivurlaub jeder Art.

Sehr beliebt ist **Wanderurlaub**. Im Sommer kann man in den alpinen Rila- und Pirin-Gebirgen schöne Touren unternehmen. Mit ihren fast 3000 m hohen Gipfeln gehören die beiden Gebirgszüge zu den höchsten Südosteuropas. Beide sind zugleich Nationalparks. Ein weiteres Wandererlebnis bieten die

Bulgarien verfügt über ein gut ausgebautes Netz von Wanderwegen



Rhodopen mit ihren sanften Hügeln, ausgedehnten Nadelwäldern und bunten Blumenwiesen. Reizvoll ist auch die Wanderung auf dem Kamm des Balkangebirges.

Im Winter stehen die Zeichen in Bulgarien auf **Skifahren**. Die bekanntesten Skizentren wie Bansko (Pirin), Borovets (Rila) und Pamporovo (Rhodopen) verfügen über eine moderne Infrastruktur. Die Rhodopen sind auch ein Mekka für **Mountainbiker**. Auf einsamen Waldwegen und Nebenstraßen kann man Touren von Dorf zu Dorf unternehmen.

Kajaktouren auf den südbulgarischen Stauseen bedeuten Natur pur. Vor allem im Frühling bieten Agenturen in Sofia **Raftingtouren** an. Immer mehr Touristen machen auch **Reit-ausflüge**. In den Gebirgsdörfern kann man ein unverfälschtes Bulgarien entdecken, wo gastfreundliche Menschen Unterkunft in angenehmen Pensionen anbieten und hausgemachte Speisen aus eigener Produktion auf-tischen.

Pauschal oder individuell?

Bulgarien kann man gut individuell bereisen. Die größte Schwierigkeit bei **Individualreisen** stellen die Sprache und das kyrillische

Alphabet dar. Die meisten Straßenschilder sind zwar zweischriftig, aber in abgelegenen Orten, an ländlichen (Bus-)Bahnhöfen und in Geschäften kann es hilfreich sein, die kyrillischen Buchstaben zu kennen. Für selbstorganisierte Rundreisen ist es in Bulgarien praktischer ein Auto zu mieten, weil Züge und Busse unregelmäßig und nicht überall fahren. Taxis sind relativ günstig, weswegen viele Ausflüge auch mit dem Taxi machbar sind. Inlandsflüge gibt es nur zwischen Sofia und Varna/Burgas. Für Reisen ins Landesinnere empfiehlt es sich, einen staatlich geprüften Reiseleiter zu buchen, und zwar am besten direkt beim bulgarischen Verband der Reiseleiter: www.guidesbg.com.

Das Reiseziel Bulgarien findet man in zahlreichen Prospekten, sowohl mit Angeboten für **Badeurlaub** als auch für **Aktiv- und Studienreisen**. Die ausländischen Reiseveranstalter haben jedoch nur Pauschalreisen in die populären Reiseorte im Angebot. Für Offerten in weniger bekannte Regionen wendet man sich am besten an lokale Reiseveranstalter. Hier sollte man auf die Erfahrung der Agentur achten. Die zuverlässigen bulgarischen Reiseveranstalter bieten auch maßgeschneiderte Reisen an und sprechen Deutsch.

WICHTIGE FRAGEN VOR DER REISE

Welche **Dokumente** braucht man für die Einreise und beim Reisen? s. S. 68

Welches **Budget** muss man für einen Urlaub in Bulgarien einplanen? s. S. 97

Sollte man schon zu Hause **Geld** tauschen oder erst im Land? s. S. 90

Welche **Kleidung** gehört in den Koffer? s. S. 92

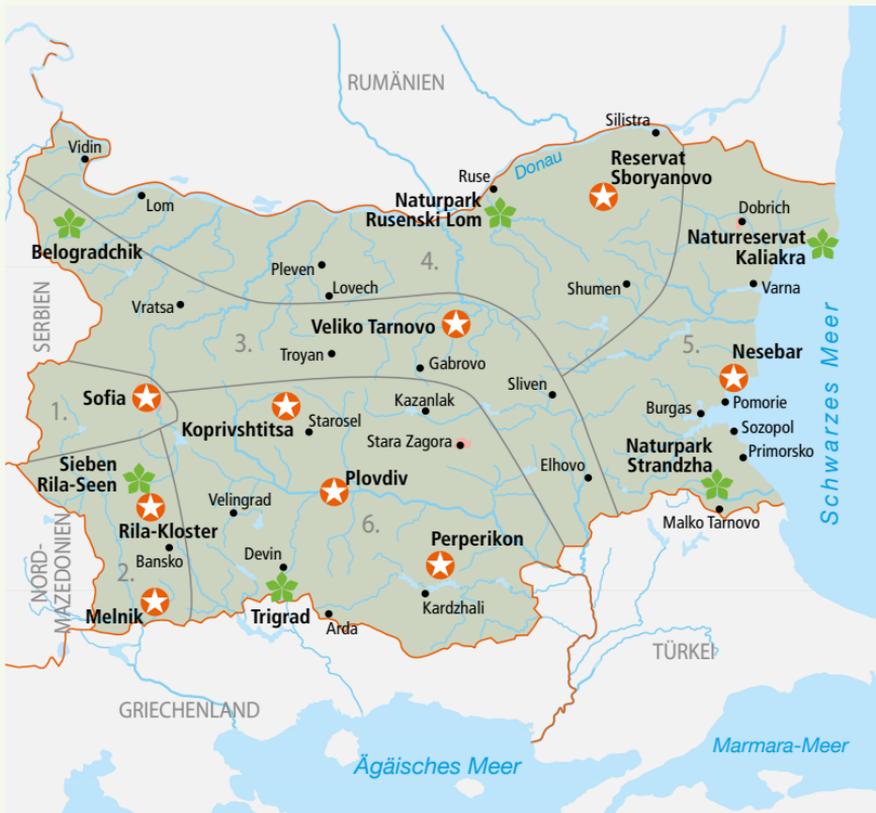
Welche **Verkehrsmittel** benutzt man für Fahrten im Landesinnern? s. S. 69

Worauf ist beim Anmieten von **Leihwagen** zu achten? Gibt es abweichende **Verkehrsvorschriften**? s. S. 92, 71

Wie steht es um die **Sicherheit** im Land? s. S. 98

Wo informiert man sich über aktuelle **Wetterprognosen**? s. S. 92

Planungshilfe für Ihre Reise



Angaben zur Zeitplanung

Bei den folgenden Zeitangaben für die Reise handelt es sich um Empfehlungswerte für Reisende, die ihr Zeitbudget eher knapp kalkulieren.

1. Sofia und Umgebung

Dank seiner breit gefächerten Angebote eignet sich Sofia gut zur Einstimmung auf das Land am Anfang einer Bulgarienreise. An vie-



Kulturserlebnis



Naturerlebnis

Die Kapitel in diesem Buch

1. Sofia und Umgebung: S. 104
2. Rila- und Pirin-Gebirge: S. 150
3. Balkan: S. 202
4. Donauebene: S. 262
5. Schwarzmeerküste: S. 306
6. Südbulgarien: S. 360

len Orten im Zentrum, sei es beim Bummeln oder in Museen, entdeckt man Zeugnisse der rund 7000-jährigen Stadthistorie. Weiter geht es zu bunten Märkten oder zur lebendigen Fußgängermeile. Auch die Umgebung von Sofia ist spannend, so lohnen sich beispielsweise eine Besichtigung der Boyana-Kirche, Wander- oder Mountainbiketouren im Vitosha-Gebirge oder ein Spabesuch in Kjustendil.



Sofia

Gut zu wissen: Im Juli und August ist Sofia fast menschenleer. Dies ist eine angenehme Zeit, um die Stadt kennenzulernen, allerdings fehlt dann das erstklassige Kulturprogramm, das erst wieder im Herbst beginnt.

Logistik-Tipps: Eine U-Bahn-Linie verbindet den Flughafen Sofia mit dem Stadtzentrum. Ziele in der Umgebung, z. B. Sofias Vororte, die Boyana-Kirche oder das Vitosha-Gebirge, erreicht man relativ billig mit dem Taxi. Von den Bus- und Bahnhöfen Sofias gibt es Verbindungen in alle Himmelsrichtungen, auch ins Ausland.

Da es im Landesinnern gelegentlich schwierig ist, Geld zu wechseln, sollte man das in Sofia erledigen – am besten in einer der Wechselstuben am Vitosha-Boulevard, keinesfalls jedoch am Flughafen.

Zeitplanung

Sofia:	ca. 3 Tage
Vitosha-Gebirge:	1 Tag
Kjustendil:	1 Tag

Zusätzliche Exkursionen: Wer wenig Zeit zur Verfügung hat, wählt mit Sofia einen ausgezeichneten Standort, um von hier aus diverse Tagesausflüge zu unternehmen. Die beiden Top-Ziele Rila-Kloster und Plovdiv kann man bequem mit dem Linienbus erreichen. Für Tageswanderungen im Rila-Gebirge, z. B. zu den Sieben Rila-Seen, oder Besuche von Koprivshtitsa und Melnik sollte man sich entweder an örtliche Reiseagenturen wenden oder ein Auto mieten.

2. Rila- und Pirin-Gebirge

Südwestbulgarien ist von knapp 3000 m hohen Bergen geprägt. In der beliebtesten Wanderregion des Landes muss man aber nicht zwangsläufig beim Bergsteigen ins Schwitzen geraten. Man kann auch gemütlich um die Sieben Rila-Seen oder zu den blauen Seen des Pirin-Gebirges wandern. Hochinteressant ist die Region auch für Kulturliebhaber. Als Highlight gilt das berühmte Rila-Kloster. Im traditionellen Dorf Melnik kann man sich bei einem Gläschen roten Melniker Wein entspannen. Die Fahrt mit der Schmalspurbahn von Bansko in die ursprünglichen Rhodopen ist ein Erlebnis par excellence.



• Rila-Kloster
• Melnik



Sieben Rila-Seen

Gut zu wissen: Die Wandersaison in Rila und Pirin beginnt Anfang Juni und endet Mitte Oktober. Außerhalb der Saison ist mit Schnee zu rechnen. Im August sind die Berghöhen meist voll. Alle anderen Ziele (inkl. Schmalspurbahn) lassen sich jedoch ganzjährig erleben. Nur bei heftigem Schneefall wird die Straße zum Rila-Kloster gesperrt. Die Fahrzeiten per Bus von Sofia aus sind akzeptabel: zum Rila-Kloster ca. 2 Std., nach Bansko ca. 2,5 Std., nach Melnik ca. 3 Std. Achtung: Im Rila-Kloster und in Melnik kann man kein Geld wechseln.

Zeitplanung

Rila-Gebirge mit Wandern:	2–3 Tage
Pirin-Gebirge mit Wandern:	2–3 Tage
Rila-Kloster, Bansko, Melnik:	3 Tage

Für Wanderer: Für eine Wanderung über die Bergketten des Rila- und Pirin-Gebirges sollte man mindestens eine Woche einplanen. Der Europäische Fernwanderweg E 4 durchquert die beiden alpinen Gebirgszüge, Ausgangspunkt für Touren ist das Dorf Govedarsi. Obwohl die Wanderwege relativ gut markiert sind, empfiehlt es sich, einen Wan-

derführer zu buchen (Sprachbarriere, Hüttenreservierungen usw.).

3. Balkan

Der rund 550 km lange Rücken des Balkengebirges zieht sich zentral durch Bulgarien und teilt das Land in zwei fast gleich große Hälften. In der gebirgigen Landschaft liegen sehenswerte Orte wie Belogradchik mit seinen bizarren Felsen, Chiprovtsi und Kotel mit ihren Teppichwebereien, das Töpferzentrum Troyan und der Holzschnitzerort Tryavna, Arbanasi und Zheravna mit ihren traditionellen Wohnhäusern sowie viele Klöster und Kirchen. Für Aktivurlauber eignet sich die Region wunderbar zum Wandern und Radfahren. Veliko Tarnovo mit seiner pittoresken Altstadt und Festung ist definitiv ein Ziel für jedermann.



Veliko Tarnovo



Belogradchik

Gut zu wissen: Die Balkan-Region ist relativ groß. Um die einzelnen Gegenden zu einer Reiseroute zu verknüpfen, braucht es gute Vorbereitung. Oft sind beispielsweise die Bus- und Bahnfrequenzen dürftig. Ausnahmen: Große Städte wie Vratsa, Troyan, Veliko Tarnovo und Sliven sind von Sofia aus mit einem Linienbus leicht zu erreichen. Diese Orte eignen sich als Ausgangspunkt für die Weiterfahrt in die Provinz. In der Hochsaison im Juli und August sind die bekanntesten Ziele, u. a. Belogradchik und Arbanasi, am Wochenende auch von bulgarischen Gästen gut besucht. Die Wandersaison dauert von Mai bis November, allerdings sind die höchsten Berge des Zentralbalkans noch bis Juni mit Schnee bedeckt.

Zeitplanung

Westbalkan:	2 Tage
Zentralbalkan:	3 Tage
Ostbalkan:	1 Tage
Wandern im Balkan:	3–5 Tage

Reisetipp: Mit etwas Zeit und Muße kann man im Balkan das wahre Bulgarien entdecken und in einem der typischen Dörfern so richtig abschalten, z. B. in Bozhentsi. Idealerweise sollte man sich wenigstens eine Woche Zeit nehmen. Der Charme dieser Region entfaltet sich bei langsamem Tempo.

4. Donauebene

Im Norden des Landes liegt die überwiegend flache, aber auch von einigen Hügeln gekennzeichnete Donauebene. Dieser Landstrich befindet sich abseits der Touristenrouten. Doch gerade hier an der schönen blauen Donau kann man Ruhe finden. Obwohl es eher wenige Sehenswürdigkeiten gibt, ist die Region durchaus geschichtsträchtig. Naturliebhaber können sich auf die Vogelwelt freuen. Die Perle der bulgarischen Donauebene ist Ruse.



Reservat
Sbornyanovo



Naturpark
Rusenski Lom

Gut zu wissen: Viele Sehenswürdigkeiten sind ohne Auto schwer erreichbar. Zwischen Sofia und den drei größten Städten an der Donau, Ruse, Vidin und Silistra, verkehren Busse. Im Gegensatz zum harten Winter mit Minustemperaturen und Schnee sind der Frühling und der Herbst sehr angenehme Reisesemone. Die meisten Besucher kommen jedoch im Sommer, der sehr heiß ist.

Zeitplanung

Westliche Donauebene:	2 Tage
Östliche Donauebene:	3 Tage
Naturpark Rusenski Lom:	2 Tage

Entlang der Donau: Leider gibt es keinen Fahrradweg entlang des bulgarischen Donauebnungsabschnitts, aber viele Straßen haben ein geringes Verkehrsaufkommen und sind gut zum Radfahren geeignet. Ein durchgängiges Donaupanorama genießt man zwischen den Städten Vidin und Kozloduy, schöne Donau-

ausblicke bei Svishtov am südlichsten Punkt des Donaulaufs sowie bei Ruse und Silistra. Entlang der Donau liegen einige Naturschutzgebiete und historische Orte.

5. Schwarzmeerküste

Die bulgarische Schwarzmeerküste hat viel mehr als nur Sonne und Strand zu bieten. Zu nennen sind zum einen die vielfältigen Küstenlandschaften – Klippen, idyllische Buchten, lange Sandstrände, artenreiche Feuchtgebiete – und zum anderen kulturhistorische Orte wie Varna, Nesebar oder Sozopol. Außerdem liegen zwei Naturparks mit dichten Wäldern, seltenen Vögeln und netten Dörfern unmittelbar an der Küste.



Nesebar



• *Naturreservat Kaliakra*
• *Naturpark Strandzha*

Gut zu wissen: Die ca. 400 km lange bulgarische Schwarzmeerküste ist ein Erlebnis für alle Sinne. Kulturliebhaber sollten die größten Seebäder meiden, weil dort oft Partystimmung herrscht. Naturliebhaber wählen am besten die Monate Mai (Pflanzen) und Mitte August (Zugvogelbeobachtung). Ab Anfang Juni beginnt die Badezeit. Die Hochsaison ist im Juli und August.

Zeitplanung

Nördliche Küste (ohne Varna):	2 Tage
Varna und Umgebung:	2 Tage
Südliche Küste (ohne Strandzha):	2 Tage
Naturpark Strandzha:	2 Tage

Für Badefreunde: Bis zu 100 m breite, feinkörnige Sandstrände, viel Sonne, Meerwasser mit niedrigem Salzgehalt (ideal zum Baden) und ein attraktives Preis-Leistungs-Verhältnis ziehen jährlich Zehntausende von Urlaubern an. Nördlich von Varna gibt es außerdem Thermalquellen, die guten Hotels an der Küste bieten Spas und Wellness an.

6. Südbulgarien

Südbulgarien lässt kaum Wünsche offen. Von der weiten Thrakischen Ebene gelangt man nach Norden ins Rosental und nach Süden in die sagenumwobene Bergwelt der Rhodopen. Egal, wohin man reist: In den authentischen Dörfern der Rhodopen legt man eine echte Zeitreise zurück. Ausgangspunkt für alle Touren ist das kulturträchtige Plovdiv.



• *Plovdiv*
• *Koprivshitsa*
• *Perperikon*



Trigrad

Gut zu wissen: Bulgariens zweitgrößte Stadt Plovdiv kann von Sofia aus in nur zwei Stunden per Bus erreicht werden. Ein Besuch lohnt sich nicht nur, weil Plovdiv 2019 Kulturhauptstadt Europas war. In Plovdiv laufen außerdem alle Verkehrsfäden Südbulgariens zusammen. Von dort aus fahren Linienbusse zu den Städtchen im Rosental und in den Rhodopen. Abgelegene Ziele erreicht man nur mit einem Auto oder zu Fuß.

Da die Rhodopen tief im Süden liegen, dauert die Wander- und Mountainbikesaison recht lang, Schnee fällt im Winter nur über 1200 m.

Zeitplanung

Plovdiv:	ca. 2 Tage
Rundreise durchs Rosental:	3 Tage
Rhodopen (ohne Wandern):	3–7 Tage
Wandern in den Rhodopen:	ca. 5 Tage

Beste Jahreszeit: Um Südbulgarien in seiner schönsten Form zu erleben, sollte die Reisezeit zwischen Mitte Mai und Mitte Juni liegen. Nur dann blühen die Rosen im Rosental und nur dann präsentieren sich die Blumenwiesen in den Rhodopen in voller Pracht. Außerdem entfaltet sich in Plovdiv ein lebendiges Kulturprogramm, beispielsweise im römischen Theater, und es herrschen angenehme Temperaturen. Im Sommer kann das Thermometer in Südbulgarien bis auf 40 °C klettern!

Nicht Moschee, sondern Ferienhäuschen: Nur die rumänische Königin Marie allein weiß, weshalb sie ihre Sommerresidenz in Balchik mit einem Minarett schmücken ließ



Vorschläge für Rundreisen

14 Tage: Die Highlights von Südbulgarien

- 1.–3. Tag:** Ankunft in Sofia. Besichtigung der Innenstadt und Ausflug ins Vitosha-Gebirge.
- 4. Tag:** Von Sofia nach Koprivshitsa.
- 5. Tag:** Von Koprivshitsa über Starosel und Hisarya ins Rosental. Tagesausklang in Kazanlak.
- 6. Tag:** Entdeckungen im Rosental – Besuch einer Rosenöldestilliererie, thrakische Kuppelgräber, Shipka und Umgebung.
- 7. Tag:** Fahrt nach Nesebar und Besichtigung der Altstadt.
- 8. Tag:** Tagesausflug nach Sozopol, Burgas und Pomorie mit seinem See.
- 9. Tag:** Fahrt nach Plovdiv. Unterwegs Halt bei Kabile und Stara Zagora.
- 10. Tag:** Besichtigung von Plovdiv.
- 11. Tag:** Weiter zum Bachkovo-Kloster und anschließend durch die Rhodopen über Shiroka Laka nach Trigrad.
- 12. Tag:** Von Trigrad nach Melnik. Unterwegs Besichtigung von Yagodina und Kovachevitsa. Am Ende des Tages Weinprobe in Melnik.
- 13. Tag:** Rundgang durch Melnik und Besuch des Rozhen-Klosters. Am Nachmittag Fahrt zum Rila-Kloster.

14. Tag: Besichtigung vom Rila-Kloster. Rückfahrt nach Sofia.

15 Tage: Große Bulgarien-Rundreise

- 1. u. 2. Tag:** Ankunft in Sofia. Besichtigung der Innenstadt und der Boyana-Kirche am Fuß des Vitosha-Gebirges.
- 3. Tag:** Fahrt von Sofia ins Rila-Kloster. Nach der Klosterbesichtigung geht es weiter nach Melnik, dort Rundgang mit Weinprobe.
- 4. Tag:** Abstecher ins Rozhen-Kloster. Weiterfahrt über Gotse Delchev in die Bergwelt der Rhodopen mit Ziel Trigrad.
- 5. Tag:** Trigrad und Umgebung. Weiter über Shiroka Laka und das Bachkovo-Kloster nach Plovdiv.
- 6. Tag:** Stadtbesichtigung von Plovdiv.
- 7. Tag:** Fahrt ins Rosental mit Besuch von Kazanlak und Shipka, dann weiter nach Nesebar.
- 8. Tag:** Rundgang durch die Altstadt von Nesebar. Nachmittags Ausflug nach Sozopol.
- 9. Tag:** Fahrt von Nesebar nach Varna. Stadtrundgang mit Besichtigung des Archäologischen Museums.





10. Tag: Tagesausflug von Varna an die nördliche Küste zum Naturreservat Kaliakra, nach Balchik und zum Felsenkloster Aladzha.

11. Tag: Fahrt durch Nordostbulgarien mit Halt beim Madara-Reiter, in Shumen und im Reservat Sbornovo. Das Tagesziel ist Ruse an der Donau.

12. Tag: Besichtigung von Ruse. Fahrt zum Naturpark Rusenski Lom und zu den Felsenkirchen von Ivanovo. Weiter nach Veliko Tarnovo.

13. Tag: Vormittags Ausflug nach Arbanasi, dann Besichtigung von Veliko Tarnovo.

14. Tag: Fahrt von Veliko Tarnovo nach Sofia. Unterwegs Besuch in Lovech, Troyan und dem Troyan-Kloster.

15. Tag: Zeit in Sofia. Rückflug.

4. Tag: Wanderung zur Arda-Quelle.

5. Tag: Fahrt durch die Rhodopen über Shiroka Laka und Devin nach Trigrad.

6. Tag: Wanderung zur Yagodina-Höhle und Besichtigung des Bärenmuseums in Trigrad.

7. Tag: Fahrt von Trigrad nach Bansko mit Abstecher nach Kovachevitsa.

8. Tag: Wanderung zu den blauen Seen im Pirin-Gebirge.

9. Tag: Kulturtag mit Besichtigung des Rila-Klosters, ggf. kleine Wanderung.

10. Tag: Tour rund um die Sieben Rila-Seen. Fahrt nach Govedartsi.

11. Tag: Tageswanderung zum Berg Musala, Fahrt mit der Seilbahn.

12. Tag: Rückfahrt nach Sofia, evtl. kurze Wanderung im Vitosha-Gebirge, Rückflug.

12 Tage: Genussvolle Wanderreise

Bei den Wanderungen handelt es sich um 2- bis 4-stündige Touren, die einzige Ausnahme mit 6 Std. bildet Musala.

1. Tag: Ankunft in Sofia. Fahrt nach Plovdiv, dort Rundgang durch die Altstadt.

2. Tag: Fahrt zum Bachkovo-Kloster, Besichtigung und Wanderung zum Kluviata. Dann weiter zum Dorf Kosovo.

3. Tag: Von Kosovo nach Smolyan. Wanderung zur »Schlucht der Wasserfälle«. Weiter zum Dorf Arda.



Wissenswertes über Bulgarien

»Das Wort ›unmöglich‹ existiert in Bulgarien nicht. Statt dessen existiert: ›Shte widim!‹ – ›Wir werden sehen!‹«

Thomas Frahm, »Die beiden Hälften der Walnuss:
Ein Deutscher in Bulgarien«, 2014



*Mit allem, was im eigenen Garten sprießt,
wird die magere Rente aufgebossert*

Steckbrief Bulgarien

Daten und Fakten

Name: Republika Bulgaria

Fläche: 110 912 km²

Hauptstadt: Sofia

Amtssprache: Bulgarisch

Einwohner: 7 Mio.

Bevölkerungswachstum: - 0,5 %

Lebenserwartung: Männer 71 Jahre, Frauen 78 Jahre

Währung: Bulgarischer Lev (BGN), 1 Lev = 100 Stotinki, 1 € = 1,95 BGN, 1 CHF = 1,81 BGN (Stand Febr. 2021)

Zeitzone: MEZ + 1 Std.

Landesvorwahl: 00359



Internetkennung: .bg

Landesflagge: Sie wurde 1879 eingeführt und besteht aus drei waagerechten Streifen. Die weiße Farbe symbolisiert Freiheit, Grün steht für die Natur und Rot für Blut.

Geografie

Bulgarien ist ein relativ kleines und gebirgiges Land mit zwei weitläufigen Ebenen und einer 378 km langen Küste. Das sich etwa über 550 km erstreckende Balkangebirge, das der Halbinsel ihren Namen gibt, teilt das Land in zwei fast gleichgroße Teile – Süd- und Nordbulgarien.

Der Norden wird von der Donauebene mit ihren fruchtbaren schwarzen Böden bestimmt. Das vielseitigere Südbulgarien ist hauptsächlich von Gebirgslandschaften geprägt: Südlich von Sofia liegen die beiden alpinen Gebirge Pirin und Rila mit dem 2925 m hohen Musala, dem höchsten Gipfel des Landes. Östlich davon erstreckt sich das flächenmäßig größte Gebirge der Balkanhalbinsel, die hügeligen Rhodopen. Südlich des Balkangebirges befinden sich das Rosental und die breite Thrakische Tiefebene. Mit 1,4 Mio. Einwohnern ist die Hauptstadt Sofia die mit Abstand größte Stadt von Bulgarien. Die zweit- und drittgrößten Städte des Landes sind Plovdiv (350 000 Einw.) und Varna (340 000 Einw.).

Geschichte

Schon vor 7000 Jahren gab es auf bulgarischem Territorium eine hoch entwickelte Zivilisation. Die Thraker siedelten sich um das 3. Jt. v. Chr. hier an und gingen im 1. Jh. n. Chr. im Römischen Reich auf. Der Herrscher Asparuh gründete im Jahr 681 das Erste Bulgarenreich, das jedoch 1018 wieder von Byzanz erobert wurde. 1185 schufen die Bojarenbrüder Asen und Petar das Zweite Bulgarenreich. Zar Ivan Asen (1218–41) dehnte die Grenzen des Landes schließlich bis zu den drei Meeren (Schwarzes Meer, Ägäis und Adria) aus.

1396 wurde Bulgarien für 500 Jahre Teil des Osmanischen Reichs. Mitte des 18. Jh. begann die nationale ›Wiedergeburtzeit‹, die im Krieg Russlands gegen die Osmanen gipfelte und 1878 zur Befreiung Bulgariens führte. 1887 wurde der Deutsche Ferdinand von Sachsen-Coburg-Gotha als Fürst eingesetzt und später als Zar gekrönt. Gegen Ende des Zweiten Weltkriegs 1944 marschierte die russische Armee in Bulgarien ein, was die kommunistische Ära einläutete, die bis

1989 andauerte. Seit 2004 ist Bulgarien Mitglied der NATO und seit 2007 Mitglied der EU.

Staat und Politik

Am 10. November 1989 wurde der kommunistische Staatschef Todor Zhivkov durch einen internen Putsch abgesetzt. Massendemonstrationen führten schließlich zum Ende des kommunistischen Staats. Seit 1990 ist Bulgarien eine parlamentarische Republik.

Die letzten Parlamentswahlen im März 2017 gewann mit rund 35 % der Stimmen die Partei GERB (Bürger für eine europäische Entwicklung). Premierminister ist nun zum dritten Mal der Vorsitzende von GERB, Boyko Borissov. Der aktuelle Präsident stammt aus den Reihen der Sozialisten und heißt Rumens Radev.

Die vergangenen Jahre sind stark von politischen Turbulenzen mit mehrfachen Regierungswechseln geprägt: 2009 hatte die GERB eine langwährende Koalition aus Sozialisten (BSP) und der »türkischen« Partei Bewegung für Rechte und Freiheiten (DPS) abgelöst, die, oft unterstützt von der nationalistischen Partei Ataka, wegen Korruptionsvorwürfen stark in Verruf geraten war. 2013 trat Borissov wegen anhaltender Proteste in der Bevölkerung zurück und es kam zu Neuwahlen, die kurzzeitig den Sozialisten wieder zum Sieg verhalfen. Auch wenn nun erneut die GERB regiert, ist die politische Situation relativ instabil. Im ersten Halbjahr 2018 übernahm Bulgarien die EU-Ratspräsidentschaft.

Bulgarien ist in 28 Verwaltungsbezirke gegliedert. Die letzten Kommunalwahlen im Oktober 2019 verschafften der GERB einen enormen Sieg. Die Partei gewann in 17 von 28 Verwaltungsbezirken, darunter Sofia.

Wirtschaft und Tourismus

Mit der politischen Wende 1989 wurde in Bulgarien die Marktwirtschaft eingeführt. Nach dem Wegfall des Marktes der Sowjetunion geriet die Wirtschaft in eine schwere Krise,

von der sie sich erst seit 2004 wieder erholt. Die wichtigsten Wirtschaftszweige sind die Nahrungsmittel-, die Metall- und die Textilindustrie, die chemische Industrie, Energiewirtschaft, Stahlproduktion und der Tourismus. Als wichtigster Handelspartner Bulgariens gilt seit Jahren Deutschland. 2019 hatte Bulgarien ein Wirtschaftswachstum von knapp 4 % zu verzeichnen (im Zuge der Coronakrise wurde diese Entwicklung aber unterbrochen). Die Arbeitslosigkeit lag Ende 2020 bei etwa 7 %. Das Durchschnittseinkommen beträgt umgerechnet ca. 560 € im Monat und liegt damit bei einem Drittel des EU-Durchschnittseinkommens.

Bulgarien wird jährlich von rund 9 Mio. Touristen besucht, etwa 800 000 Gäste kommen aus Deutschland. Damit liegen die Deutschen hinter den Griechen und Rumänen an dritter Stelle. Die beliebtesten Reiseziele sind die Seebäder der Schwarzmeerküste und die Skiorte. Seit der Coronakrise entdecken jedoch auch immer mehr Bulgaren das natur- und kulturhistorische Erbe im eigenen Land. Von ihrem zweiwöchigen Sommerurlaub verbringen Bulgaren durchschnittlich nur noch acht Tage an der eigenen Küste, den Rest im Landesinneren. Aus diesem Grund eröffnen in den letzten Jahren zahlreiche familiengeführte Hotels und Pensionen in bislang touristisch weniger erschlossenen Regionen.

Bevölkerung und Religion

Etwa 70 % aller Bulgaren wohnen in Städten, die einzige Millionenstadt ist Sofia. Die Bevölkerungsdichte beträgt 63 Einw./km².

Rund 84 % der Bevölkerung sind »ethnische Bulgaren«, ca. 9 % gehören zur türkischstämmigen Minderheit und ca. 6 % stellen Roma. Weitere ethnische Minderheiten stellen Armenier, Griechen, Gagausen u. a.

Etwa 87 % der Bulgaren gehören der Bulgarisch-orthodoxen Kirche an und rund 12 % sind Muslime.

Natur und Umwelt

Dank seiner außergewöhnlichen Lage und seinen unterschiedlichsten Landschaftsformen auf relativ kleinem Territorium ist Bulgarien eines der geografisch vielfältigsten Länder Europas. Von der Donau im Norden bis zu den Hochgebirgen im Süden entdeckt man eine erstaunliche Naturwelt, in der Braunbären und Steinadler zu Hause sind.

Geografische Lage

Bulgarien liegt auf der Balkanhalbinsel in Südosteuropa. Die unterschiedlichen Landschaftsformen und das damit einhergehende diversifizierte Klima sind der Grund für die Vielfalt auf diesem relativ kleinen Territorium, das insgesamt nur etwa 330 km breit und 520 km lang ist.

Die etwa 550 km lange Kette des Balkangebirges ist dabei eine naturgeografische Grenze. Südlich und nördlich dieses längsten Gebirgszugs sind deutliche Unterschiede zu spüren: Der Norden ist eher flach, das Klima ist kontinental und die Pflanzen- und Tierwelt ähnelt der in Nord- und Nordwesteuropa. Der Süden dagegen ist abwechslungsreich und umfasst Hochgebirge, Ebenen und Flusstäler. Der Einfluss des Mittelmeers macht sich hier bereits bemerkbar und sorgt für eine artenreiche Flora und Fauna. Die etwa 400 km lange Schwarzmeerküste bildet einen eigenständigen geografischen Raum.

Das Land liegt im Übergangsbereich vom gemäßigten zum subtropischen naturgeografischen Gürtel Europas. Dieser Übergangscharakter macht sich besonders beim Klima bemerkbar, das von Region zu Region sehr verschieden ist. Es gibt sowohl klimatische Einflüsse vom Atlantik als auch vom Mittelmeerraum. Im Gebirge herrscht ein wechselhaftes Bergklima und in den bis fast 3000 m hohen Bergen bleibt der Schnee bis zum Sommer liegen.

Berge und Wälder

Bulgarien ist ein Land der Berge: Ganze acht Gebirgszüge erreichen allein die 2000-Meter-Marke. Die meisten von ihnen konzentrieren sich in Südwestbulgarien. Sie unterscheiden sich sehr voneinander und bieten eine große Vielfalt, was erstaunlich ist für eine so kleine Fläche. Bulgarien ist außerdem ein Land der Wälder: Zu einem Drittel ist das Territorium mit Wald bedeckt. Einmalig ist die Tatsache, dass es sich bei großen Teilen davon um Urwälder handelt, die bislang nicht forstwirtschaftlich genutzt wurden.

Artenvielfalt

Die Flora und Fauna Bulgariens gehört zu den artenreichsten in Europa. Viele Waldbewohner, die in anderen westeuropäischen Ländern schon seit Jahrhunderten ausgerottet sind, leben hier völlig selbstverständlich. Wer behauptet z. B., dass es kein Zusammenleben von Mensch und Braunbär geben kann? Etwa 650 von ihnen durchstreifen die bulgarischen Wälder. Ebenso haben über 1000 Wölfe ihren Lebensraum hier, in einer funktionierenden Koexistenz mit den Landbewohnern. Weniger furchteinflößend, aber dennoch erstaunlich ist die Vogelwelt: 70 % aller Vogelarten Europas kommen auch in Bulgarien vor. Das macht das Land zu einem beliebten Ziel für Vogelbeobachter, die entlang der Vogelzugrouten Via Aristoteles und Via Pontica interessante Beobachtungsposten finden können.

Geografische Räume

Donautiefenebene

Die Donautiefenebene oder nur Donauebene erstreckt sich im Norden des Landes und grenzt an den gleichnamigen Fluss. Dieser flache bis hügelige Landesteil wird wegen seiner fruchtbaren Böden auch die Kornkammer Bulgariens genannt. Vor allem in der Dobrudzha im Osten reichen die Felder mit Sonnenblumen, Mais, Raps und Getreide bis zum Horizont. Um die Städte Vidin, Svishov und Ruse herum bestimmen Weingärten die Landschaft.

Drei der insgesamt elf Naturparks befinden sich an der Donau, darunter der **Naturpark Shumensko Plato**, der sich unmittelbar hinter der Stadt Shumen auf einem Hochplateau erstreckt, bedeckt von Urwäldern aus Orientalischer Hainbuche, Zerreichen und Linden.

Etwa 20 km südlich von Ruse liegt der spektakuläre **Naturpark Rusenski Lom**, der zweifellos eines der interessantesten Naturphänomene Bulgariens ist. Der Park wird von kleinen Flüssen durchzogen, in deren Flusstälern sich Kalksteinfelsmassive mit einer reichen Pflanzen- und Vogelwelt erheben. Die Felsen bilden kleine Schluchten, durch die das Wasser in romantischen Läufen mäandert. Auf Schritt und Tritt trifft man Schildkröten, außerdem auch Schlangen. In die Nischen der Felsen schmiegen sich Höhlen sowie kleine Klöster, Kapellen und Kirchen. Auch die zweitlängste Höhle des Landes, die bereits im Jung- und Mittelpaläolithikum bewohnte Orlova-Chuka-Höhle, befindet sich in diesem Naturpark und kann besichtigt werden. Man betritt eine wahrhaft wilde Natur, die bislang kaum vom Tourismus erschlossen ist.

Im Nordosten der Donautiefenebene, an der Grenze zu Rumänien, liegt der **Srebar-na-See**, der als Vogelschutzgebiet auf der UNESCO-Welterbeliste steht. Die interessantesten Vogelarten sind die Krauskopfpelikane, verschiedene Reiher- und elf Entenarten. Ein Großteil der Weltpopulation an Rothalsgänsen nistet im Winter hier.

Balkangebirge

Die Kette des Balkangebirges mit dem höchsten Berg Botev (2376 m) ist das dritthöchste Gebirge des Landes. Das ›alte Gebirge‹, wie die Bulgaren ihren mächtigen *stara planina* nennen, zieht sich wie ein 550 km langer Rücken durch das Land und gilt als Klimagrenze und Wasserscheide zwischen Schwarzem Meer und Ägäis. Mit seinen dichten Wäldern bis zur Baumgrenze und den romantischen Bergwiesen oberhalb davon ist der Balkan ein wirklich wildes Gebiet – es gibt Stellen, die bislang noch nie ein Mensch betreten hat. Dementsprechend reich ist hier außerdem die Tierwelt – nicht umsonst ist der Braunbär das Symbol des Nationalparks Zentralbalkan.

Immer entlang des waldlosen Kamms des Zentralbalkan geht ein Wanderweg bis zur Schwarzmeerküste. Fast von überall bieten sich grandiose Aussichten in die Täler, in denen hübsche kleine Ortschaften liegen. Nichts ist hier schroff, der Balkan ist von sanften Wölbungen geprägt.

Im Süden des Balkan beginnt das **Tal der Rosen**, das die Gegend um Karlovo und Kazanlak von Mai bis Anfang Juni in ein Blütenmeer verwandelt.

In dieser Region befinden sich wichtige Naturschutzgebiete: Die Pflanzen- und Tierwelt im **Nationalpark Zentralbalkan** ist einmalig, weswegen der Park auch Mitglied des Wildnisschutzgebiet-Netzwerks PAN Parks ist und weitere Teile einem UNESCO-Programm zugehören. Hier wachsen allein 20 Pflanzenarten, die sonst nirgendwo anders in der Welt anzutreffen sind. Im Nationalpark oberhalb der Stadt Karlovo befindet sich das größte europäische Naturschutzgebiet mit natürlichen alten Buchenwäldern, das **Reservat Stara Reka**.

Im **Naturreservat Kozya Stena** wächst Edelweiß, im **Naturreservat Steneto** gibt es eine Vielzahl an Raubvögeln wie Wanderfalcken, Steinadler, Habichte und Sperber.

Zum Balkangebirge gehört auch der Vorbalkan, der nördlich der eigentlichen Bergkette liegt. Er bildet ein Meer von grünen



Hügeln, zwischen denen kleine romantische Ortschaften wie Tryavna und Elena liegen.

Oberthrakische Tiefebene

Der geografische Raum der Oberthrakischen Tiefebene, auch nur Thrakische Ebene genannt, erstreckt sich südlich des Balkangebirges relativ mittig im Land bis zur Küste. Das weite Tal ist im Gegensatz zur Donauebene von Bergketten umgeben. Mancherorts besticht die Sicht auf die umgebenden Gebirge in alle Richtungen. Die stellenweise sehr breite Fläche des Tals wird für den Anbau von Obst und Gemüse genutzt, es gibt Sonnenblumen- und sogar einige Reisfelder. Zudem gehört die Tiefebene zu den wichtigsten Weinbauregionen des Landes.

Eines der interessantesten Gebiete ist das östlich in Meeresnähe gelegene Strandzha-Gebirge. Der **Naturpark Strandzha** ist das größte Naturschutzgebiet Bulgariens. Typisch sind die sattgrünen Hügel, mäandrenden Flusslandschaften und die immergrünen Feuchtwälder, die manche Flüsse wie den Velega umgeben. Der Einfluss des Mittelmeers ist bereits deutlich an der Vegetation zu spüren (gelber Jasmin, Gemüsespargel, Seekiefer). Auch kehrt der eurasische Luchs wieder in dieses wilde Gebirge zurück.

Rila- und Pirin-Gebirge

Rila und Pirin sind die beiden Hochgebirge in Bulgarien. Im Gegensatz zum wilden Balkan sind sie schon stark vom Tourismus erschlossen, wenn auch deutlicher auf der jeweiligen Nordseite als in den Südausläufern.

Das **Rila-Gebirge** hat seinen Namen von den Thrakern, in deren Sprache er ›Ort mit viel Wasser‹ bedeutet. In der Tat ist Rila mit Wasser gesegnet: Drei der größten bulgarischen Flüsse entspringen hier, fast 190 Bergseen prägen den einzigartigen Charakter dieser Landschaft. Am bekanntesten sind die **Sieben Seen**, die zu den absoluten Highlights

Mehr als 170 Seen sowie Flora und Fauna satt bietet der Nationalpark Pirin

gehören, die die bulgarische Natur zu bieten hat. Auch der mit 2925 m höchste Gipfel auf der Balkanhalbinsel, der Musala, befindet sich im Rila-Gebirge. Überwiegend Nadelwälder bestimmen hier die Vegetation, dazu kommen einige eiszeitliche Reliktarten und endemische Pflanzen.

Das **Pirin-Gebirge** im äußersten Süden, fast an der Grenze zu Griechenland, hat mehr als hundert Gipfel, die über 2000 m hoch sind. Charakteristisch für dieses alpine Gebiet sind die hellen steilen Granitsteinmassive, ein Marmorkamm (ein enger Bergkamm auf 2700 m aus Marmor) im Nordpirin, kleine Bergseen und eine üppige Flora und Fauna, die bereits vom mediterranen Klima beeinflusst ist. Die Pflanzenwelt kann über 1100 Arten aufweisen, darunter das Mitte Juli blühende Edelweiß. Auch die Vielzahl an Vogel- und Säugetierarten ist bemerkenswert, darunter Braunbär und Adler.

Rila und Pirin stehen zu großen Teilen unter Naturschutz: Zwei der Reservate im **Nationalpark Rila** sind UNESCO-Biosphärenreservate. Rila ist außerdem Mitglied des Wildnisschutzgebiet-Netzwerks PAN Parks. Der **Nationalpark Pirin** ist sogar Teil des UNESCO-Weltnaturerbes. In beiden Nationalparks sind seltene Tierarten wie Braunbären, Wölfe und Gämsen, Schildkröten und Schlangen anzutreffen. Das Strumatal westlich des Pirin-Gebirges liegt auf der Via Aris-toteles, dem Weg der Zugvögel.

Interessante Naturesehenswürdigkeiten in diesem Landesteil sind außerdem die Sandpyramiden bei Melnik und Stob, der höchste Wasserfall Skakavitsa (70 m) im Rila-Gebirge und die beeindruckenden Schluchten an den Durchbrüchen des Flusses Struma bei Zemen und Kresna.

Rhodopen

Das flächenmäßig große, aber im Vergleich zu Rila und Pirin viel niedrigere Gebirge der Rhodopen ist ein wahres Labyrinth von Schluchten, tiefen Wäldern und kleinen kurvigem Sträßchen. Die höchste Erhebung ist der Berg Golyam Perelik (2191 m) nahe der

›Rhodopen-Hauptstadt‹ Smolyan. Das Gebiet wird in einen West- und einen Ostabschnitt unterteilt. Die **West-Rhodopen** sind von hohen Bergkämmen und tiefen, engen Flusstälern, Höhlen und Schluchten geprägt, die Landschaft erinnert mit ihren dichten Nadelwäldern an den Schwarzwald. Eine Attraktion sind hier die sogenannten Wunderbrücken (Reste einer ehemaligen Höhle, die wie zwei riesige Brücken aussehen) und die wilde Schlucht von Trigrad mit ihren unterirdischen Höhlenlandschaften.

Die **Ost-Rhodopen** sind eher hügelig, mit abgeschiedenen Dörfern, und bestechen durch eine fast unberührte Ursprünglichkeit. Die Reste thrakischer Heiligenstätten sorgen für einen märchenhaften, geheimnisvollen Touch. Auf den winzigen, kurvigen Sträßchen zwischen den Ost- und West-Rhodopen, die plötzlich steil hinauf- oder hinabgehen, kann man schon einmal die Orientierung verlieren, 40 km können hier gut und gerne eine Autostunde in Anspruch nehmen.

In den Rhodopen existiert dank der unterschiedlichen Höhenlage und dem günstigen Klima eine erstaunliche Tier- und Pflanzenwelt. Man zählt etwa 1800 Pflanzenarten, darunter viele seltene. Die Orpheusblume (*Haiberlea rhodopensis*) ist eine Reliktkart, die ab Mitte Mai blüht. Auch über 40 Orchideenarten gibt es hier. Die Wiesen sind im Spätfrühling ein einziges Blütenmeer!

Schwarzmeerküste

Der bulgarische Teil der westlichen Schwarzmeerküste ist nur ca. 380 km lang, unterteilt sich aber in einen nördlichen und südlichen Teil mit jeweils sehr unterschiedlichem Charakter. Im Norden ist das Klima gemäßigt-kontinental, der Süden ist vom Mittelmeerraum beeinflusst. Im Norden prägen Klippen das Ufer, während der Süden einer Dünenlandschaft ähnelt und die Mündungen einiger Flüsse wie dem Veleka aufweist. In der Mitte befinden sich die langen, breiten Sandstrände bei den Kurorten Albena, Zlatni Pyasatsi und Slanhev Bryag. Typisch ist hier der angenehme Seewind (*briz* genannt), der nachts von

der Küste und tagsüber vom Meer weht. Typisch für die Pflanzenwelt sind die immergrünen Feuchtwälder, die *longozni gori*, die z. B. an der Mündung der Flüsse Ropotamo und Kamchia vorkommen.

Die Schwarzmeerküste ist vor allem für Vogelbegeisterte eine wahre Offenbarung. Sie liegt auf der Via Pontica, dem Weg der Zugvögel. Während der Migration im Mai und August kann man eine Vielzahl an seltenen Vogelarten sehen, z. B. Rosa- und Krauskopfpelikane, Löffler, Störche und Greifvögel. Im **Poda-Naturschutzgebiet** sind bis zu 269 Arten auf nur einem Quadratkilometer unterwegs! Einige Feuchtgebiete sind durch die Ramsar-Konvention (Vertrag zum Schutz von Feuchtgebieten) geschützt.

Bei Varna befindet sich der **Naturpark Zlatni Pyasatsi** mit Wäldern aus Zerreichen und Orientalischen Hainbuchen. Allerdings wird der Naturpark durch die Ausdehnung des Kurorts Zlatni Pyasatsi akut bedroht, der in unmittelbarer Nähe liegt.

Natur- und Umweltschutz

Die zahlreichen Fabriken der Schwer- und Metallindustrie aus kommunistischen Zeiten haben die Umwelt seit den 1950er-Jahren stark belastet. Aufgrund des Zusammenbruchs der Volkswirtschaft nach der politischen Wende 1990 wurden viele dieser Fabriken jedoch – zum großen Glück für die Umwelt – geschlossen. Die Reduktion der CO₂-Emissionen war gewaltig und Bulgarien schaffte es sogar, die Ziele des Kyoto-Protokolls einzuhalten. Als ehemaliges Land hinter dem ›Eisernen Vorhang‹ ist vor allem die Natur an der Südgrenze zu Griechenland und der Türkei, die jahrzehntelang Sperrgebiet war, nahezu unberührt. Das europäische Naturschutzprojekt Grünes Band Europa umfasst die Teile von Bulgarien, in denen ein reiches Naturerbe erhalten geblieben ist. Die deutsche Organisation Euronatur (www.euronatur.org) unterhält Naturschutzprojekte in folgenden Gebieten