

TRESCHER VERLAG

Andreas Sternfeldt

# SOTSCHI

Russische Schwarzmeerküste und Kaukasus



1. Auflage 2014

Trescher Verlag Berlin  
Reinhardtstr. 9  
10117 Berlin  
[www.trescher-verlag.de](http://www.trescher-verlag.de)

ISBN 978-3-89794-741-2

Herausgegeben von Detlev von Oppeln und  
Bernd Schwenkros

Reihenentwurf und Gesamtgestaltung:

Bernd Chill

Gestaltung, Satz und Bildbearbeitung:

Ulla Nickl

Lektorat: Corinna Grulich

Stadtpläne und Karten: Johann Maria Just,  
Martin Kapp

Das Werk einschließlich seiner Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages unzulässig. Dies gilt insbesondere für den Aushang, Vervielfältigungen, Übersetzungen, Nachahmungen, Mikroverfilmung und die Einspeicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen.

Alle Angaben in diesem Reiseführer wurden sorgfältig recherchiert und überprüft. Dennoch können Entwicklungen vor Ort dazu führen, dass einzelne Informationen nicht mehr aktuell sind. Gerne nehmen wir dazu Ihre Hinweise und Anregungen entgegen. Bitte schreiben Sie an [post@trescher-verlag.de](mailto:post@trescher-verlag.de).

#### **HINWEIS ZUR BENUTZUNG:**

Die Seitenzahlen im Inhaltsverzeichnis, Verweise im Text und das Register sind mit den dazu gehörigen Texten und Karten dieses Reiseführers verlinkt. Die Internetadressen öffnen sich in Ihrem Browser; die Emailadressen öffnen sich in Ihrem Emailprogramm. Bitte beachten Sie, dass bei entsprechender Nutzung im Ausland Roaminggebühren anfallen.

**RUSSLANDS SONNIGER SÜDEN**

**DER SÜDEN VON GROSS-SOTSCHI**

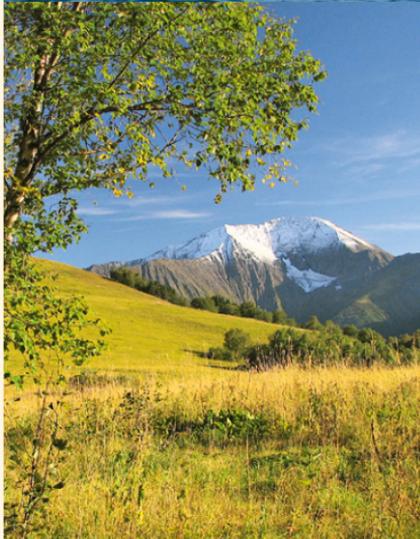
**DIE HOCHGEBIRGSWELT DES KAVKASUS**

**DER NORDEN VON GROSS-SOTSCHI**

**SPRACHFÜHRER**

**REISETIPPS VON A BIS Z**

**ANHANG**



<b>Vorwort</b>	<u>9</u>
Hinweise zur Benutzung	<u>10</u>
Zeichenlegende	<u>10</u>
Das Wichtigste in Kürze	<u>11</u>
Sehenswürdigkeiten	<u>13</u>

## **RUSSLANDS SONNIGER SÜDEN** 15

Sotschi: Zahlen und Fakten	<u>16</u>
----------------------------	-----------

### **Geschichte der Schwarzmeerküste** 17

Russisches Reich	<u>21</u>
------------------	-----------

### **Der Kuban'** 23

Wirtschaft des Kuban'	<u>24</u>
-----------------------	-----------

Völkergemisch zwischen Kuban' und Schwarzem Meer	<u>25</u>
--------------------------------------------------	-----------

Die Adygeer	<u>26</u>
-------------	-----------

### **Das Schwarze Meer** 32

Flora und Fauna	<u>33</u>
-----------------	-----------

### **Der Kaukasus** 35

Das kaukasische Biosphärenreservat	<u>36</u>
------------------------------------	-----------

Der Nationalpark Sotschi	<u>42</u>
--------------------------	-----------

### **Essen und Trinken** 44

Die kaukasische Küche	<u>45</u>
-----------------------	-----------

Die russische und ukrainische Küche	<u>47</u>
-------------------------------------	-----------

Getränke	<u>47</u>
----------	-----------

## **DER SÜDEN VON GROSS-SOTSCHI** 50

### **Der längste Kurort der Welt** 52

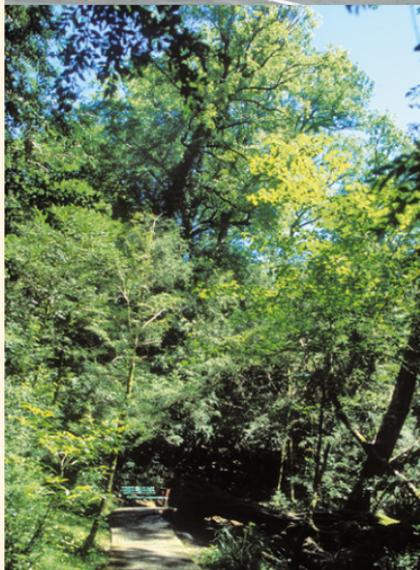
Erste Begegnung	<u>53</u>
-----------------	-----------

Geschichte Sotschis	<u>54</u>
---------------------	-----------

Die Olympischen Winterspiele 2014	<u>58</u>
-----------------------------------	-----------

Klima	<u>65</u>
-------	-----------

<b>Der balneologische Kurort Sotschi</b>	<u>67</u>
Die Schwefelbäder von Macesta	<u>68</u>
Bäderkuren in Macesta	<u>70</u>
Mineralwasser	<u>71</u>
<b>Die Stadt Sotschi</b>	<u>73</u>
Rivierapark	<u>73</u>
Der Fluss Sotschi	<u>75</u>
Am Hafen	<u>76</u>
Zwischen Hafen und Bahnhof	<u>77</u>
Vom Hafen Richtung Süden	<u>80</u>
Die ul. Ordžonikidze entlang	<u>82</u>
Kurortprospekt	<u>85</u>
Dendrarium	<u>88</u>
Baum der Freundschaft	<u>91</u>
Meile der Sanatorien	<u>94</u>
<b>Informationen Sotschi-Stadt</b>	<u>96</u>
Allgemeines	<u>96</u>
Unterwegs in Sotschi	<u>96</u>
Unterkunft	<u>97</u>
Gastronomie	<u>99</u>
Kultur und Unterhaltung	<u>101</u>
<b>Macesta</b>	<u>103</u>
Museum des Nationalparks von Sotschi	<u>104</u>
Grünes Wäldchen	<u>105</u>
Schlucht der Agura und Berg Achun	<u>107</u>
<b>Chosta</b>	<u>115</u>
Museum zur Geschichte Sotschis als Kurort	<u>117</u>
Eiben- und Buchsbaumhain	<u>118</u>
Voroncovhöhlen und Weiße Felsen	<u>120</u>
Korkeichenplantage	<u>121</u>
Kudepsta	<u>122</u>
<b>Adler</b>	<u>124</u>
Geschichte	<u>124</u>
Ein Stadtrundgang	<u>126</u>
Forellenzucht und Amšensker Hof	<u>130</u>





## **DIE HOCHGEBIRGSWELT DES KAUKASUS** 134

### **Von Adler nach Krasnaja Poljana** 136

Achštyrskajahöhle und Dreifaltigkeits-Georgiev-Frauenkloster 137

Durch das Felsental der Mzymta 138

### **Krasnaja Poljana** 139

Geschichte 140

Sehenswertes in Krasnaja Poljana 142

Ėsto Sadok 146

Wintersport 151

### **Wanderungen im Westkaukasus** 158

Die nähere Umgebung von Krasnaja Poljana 161

Mehrtägige Touren durch das Biosphärenreservat 161

## **DER NORDEN VON GROSS-SOTSCHI** 170

Der Bezirk von Lazarevskoe 172

### **Dagomys** 173

Solochaul 174

Tret'ja Rota 176

Uč-Dere 177

### **Das Badeparadies von Loo** 180

Die Umgebung von Loo 181

Vardane 182

Golovinka 184

33 Wasserfälle 185

Volkonskij-Dolmen 186

Soloniki 188

### **Kurort Lazarevskoe** 189

Ein Stadtrundgang 190

Tchagapš 197

Die Umgebung von Tchagapš 200

Mamedovschlucht 200

Teehaus von Anatolij Pogadaev 202

Aše 203

Tal der Aše	<a href="#">204</a>
Makopse und Magri	<a href="#">206</a>
<b>Groß-Sotschi auf einen Blick</b>	<a href="#">208</a>
Unterkunft	<a href="#">208</a>
Reiseagenturen	<a href="#">208</a>
Bergwanderungen	<a href="#">210</a>
Exkursionen und Aktivitäten	<a href="#">211</a>
<b>SPRACHFÜHRER</b>	<a href="#">214</a>
<b>REISETIPPS VON A BIS Z</b>	<a href="#">220</a>
Sotschi im Internet	<a href="#">233</a>
Literaturempfehlungen	<a href="#">233</a>
Der Autor	<a href="#">234</a>
Danksagung	<a href="#">234</a>
Register	<a href="#">235</a>
Bild- und Kartennachweis	<a href="#">240</a>
Kartenlegende und -register	<a href="#">241</a>
<b>ESSAYS</b>	
Rätselhafte Dolmen	<a href="#">19</a>
Die Kosaken	<a href="#">22</a>
Adygeische Rezepte	<a href="#">46</a>
Kleine Weinprobe	<a href="#">49</a>
Die Mineralwasser von Sotschi	<a href="#">72</a>
Wie der Stahl gehärtet wurde	<a href="#">87</a>
Das Panorama des West- kaukasus	<a href="#">113</a>
Honig aus Krasnaja Poljana	<a href="#">145</a>
Wie der Tee nach Sotschi kam	<a href="#">175</a>
Natalija Cygikalo	<a href="#">179</a>
Der Felsen der Alten	<a href="#">207</a>





*Märchenbrunnen im Dendrium von Sotschi-Stadt*

## Vorwort

Der Kurort Sotschi an der Ostküste des Schwarzen Meeres, zu Füßen mehr als 3000 Meter aufsteigender Gipfel des Westkaukasus, gehört zum kollektiven Gedächtnis als Inkarnation des sowjetischen Paradieses: Palmen, lianenumschlungene Immergrüne in kolchischen Wäldern, Hibiskusblüten und Zitronenbäume, Hünengräber, Wasserfälle in Schluchten und Canyons, Thermalquellen und gletscherbedeckte Berge in einem Naturreservat von wilder Schönheit, Sanatorien und Erholungsheime an langen Stränden – all das ist Sotschi. Mehr noch als der Name des mit 156 Kilometer längsten Kurortes der Welt ist Sotschi Symbol – für die Heilkräfte der Natur, russische imperiale Ambitionen, kaukasische Gastfreundschaft und ›neuen‹ russischen Kommerz. Man kann Sotschi zugleich lieben als auch hassen. Epitheta wie ›Russische Riviera‹ für die Küste und ›Chamonix des Kaukasus‹ für die Bergregion sind irreführend. Gleich Russland ist Sotschi voller Kontraste, die in Gefühlszustände zwischen ›kaum erträglich‹ und ›berauschend‹ versetzen.

Ich kenne den Ort seit 1975, als ich, ein Bub noch, die ersten Palmen und gletscherbedeckten Gipfel meines Lebens sah. Meine Liebesbeziehung ist seitdem ungebrochen. Im Sommer 2013 beeindruckte mich das Ausmaß der Veränderungen, die mit dem Bauboom im Vorfeld der Olympischen Winterspiele einhergingen, mit welchen Anstrengungen die marode Infrastruktur modernisiert und ausgebaut wurde, Anlagen für den Wintersport und zehntausende Betten in modernen Hotels entstanden. Im Februar 2014 werden Milliarden Fernsehzuschauer die ersten Olympischen Winterspiele in einer subtropischen Region verfolgen. Exakt 150 Jahre nach der Eroberung durch die russischen Armeen beginnt für Sotschi eine neue Ära, so hoffen die Einheimischen, deren Geduld und Optimismus durch sechs Jahre Baustellen-Dauerstress auf eine harte Probe gestellt worden sind. Da noch niemand weiß, wie die Züge auf den neuen und rekonstruierten Strecken verkehren werden, ob sich die Anlagen und Hotels bewähren und ob die permanenten Staus Vergangenheit sind, werden Autor und Redaktion auf der Website des Trescher Verlages zeitnah aktualisierte Informationen zur Verfügung stellen.

Dieser Reiseführer bietet neben landeskundlichen Einblicken Auskünfte über die faszinierendsten Ausflugsziele und Naturerlebnisse sowie praktische Informationen zur Reiseplanung. Ob Wanderungen im Westkaukasus, Skiurlaub im Winter, Badefreuden bis in den Oktober, beschauliche Ferien in der Zwischensaison – Sotschi offeriert das ganze Jahr über seine Reize. Möge jeder Reisende offen für jede Art von Eindrücken das Abenteuer suchen, auf Unbekanntes stoßen, und selbst Ungewohntes, Fremdes als Bereicherung empfinden. Ein russisches Sprichwort lautet: Gehst Du in ein fremdes Kloster, halte Dich an dessen Regeln. Und ein anderes: Wer nichts riskiert, der trinkt auch keinen Champagner.

## Hinweise zur Benutzung

Der erste Teil dieses Buches widmet sich der Annäherung an **Russlands sonnigen Süden**, hier finden sich allgemeine Informationen zu Bevölkerung, Klima, Flora und Fauna der Schwarzmeerküste und des Kaukasus. Im **Reiseteil** werden die einzelnen Reiseziele innerhalb des Gebiets Groß-Sotschi ausführlich beschrieben, Angaben zu Hotels, Restaurants und anderen touristischen Anlaufstellen sind jeweils am Ende des Kapitels in Infokästen zusammengefasst. Das Kapitel **Groß-Sotschi auf einen Blick** führt Reiseagenturen auf, die Unterkünfte, Exkursionen, Wanderungen und Sportliches im gesamten Gebiet Sotschi anbieten. Der kleine deutsch-russische **Sprachführer** im dritten Teil soll helfen, die ersten Sprachbarrieren zu überwinden. In den **Reisetipps von A bis Z** finden sich alle wichtigen Informationen zu Einreise, Reisen im Land, Nahverkehr und anderen für Reisende wichtigen Themen.

In diesem Buch wird die **wissenschaftliche Transliteration** der russischen Eigennamen verwendet, da nur sie eine eindeutige Übertragung ins Kyrillische ermöglicht. Die Karten sind sowohl kyr-

rillisch als auch transliteriert beschriftet. Da in der Literatur und den Medien die von der wissenschaftlichen Transliteration – Soči – abweichende Schreibweise ›Sotschi‹ üblich ist, haben wir uns, um Missverständnissen vorzubeugen, für diese entschieden. Die englische Transkription lautet ›Sochi‹. **Websites** sind, soweit nicht anders angegeben, nur auf Russisch verfügbar.

Alle **Preise** sind in Rubel angegeben und stellen natürlich nur ungefähre Richtwerte dar. Grundsätzlich lässt sich sagen, dass die Preise im Durchschnitt um 20 Prozent pro Jahr ansteigen. Die angegebenen **Öffnungszeiten** der Museen, Vergnügungsparks und anderer Sehenswürdigkeiten beziehen sich in der Regel auf die Hauptsaison, in der Nebensaison kann es zu Einschränkungen kommen.

### Häufig verwendete Abkürzungen

ul.	ulica (Straße)
per.	pereulok (Gasse)
bul.	bul'var (Boulevard)
all.	alleja (Allee)
pr.	prospekt

## Zeichenlegende

- |                                                                                                                                  |                                                                                                                               |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  Allgemeine Informationen, Vorwahl             |  Restaurants                               |
|  Internetcafés, Hotspots                       |  Museen                                    |
|  Bahnhöfe, Verbindungen mit Zug und Električka |  Schwimmbäder, Saunas                      |
|  Busbahnhöfe, Bus- und Maršrutka-Verbindungen  |  Wintersport                               |
|  Taxistände, Tarife                            |  Vergnügungsparks, Delphinarien, Aquaparks |
|  Hotels, Pensionate, Sanatorien                |  Ausflüge, Anbieter von Exkursionen        |

## Das Wichtigste in Kürze

### Anreise

**Mit der Bahn:** Moskau–Sotschi-Adler, täglich mehrere Züge (26–über 40 Std.). Berlin–Moskau, tägl. Direktzüge (weiß-russisches Transitvisum wird benötigt). Website der russischen Eisenbahnen: [www.rzd.ru](http://www.rzd.ru) (engl.) bzw. [www.russiantra.in.com](http://www.russiantra.in.com) (dt.). Eine weitere Möglichkeit ist die Verbindung über Warschau und Kiev. **Mit dem Flugzeug:** Der zentrale Flughafen ist Sotschi-Adler; internationale Flughäfen gibt es zudem in Krasnodar und Anapa. Vom 24.1. bis zum 2.3.2014 wird Sotschi-Adler von Orenair direkt angefliegen (ab Frankfurt am Main, München und Düsseldorf, <http://orenair.ru>). Auch Lufthansa wird zwischen dem 24.1. und 17.3.2014 Direktflüge von Frankfurt nach Adler anbieten. Direktflüge gibt es seit November 2013 auch von Dresden nach Krasnodar (Hamburg Airways). Ansonsten muss man einen Zwischenstopp in Moskau einlegen. Vom Flughafen Adler

fahren Busse und Expresszüge nach Adler und Sotschi. Eine weitere Möglichkeit ist die Anreise über Istanbul nach Trabzon, von dort mit der Fähre nach Sotschi.

**Mit dem Schiff** (Mai–Okt.): Trabzon (Türkei)–Sotschi, zweimal wöchentlich Fähren (Tragflächenboot/Autofähre, 4,5/12 Std.). Batumi (Georgien)–Sotschi (Tragflächenboot, 4,5 Std.), [www.ferrylines.com/de/faehren/schwarzes-meer/](http://www.ferrylines.com/de/faehren/schwarzes-meer/).

### Einreise/Visum

Für Russland besteht **Visumpflicht**. Der Pass muss bei der Beantragung mindestens noch sechs Monate gültig sein.

### Geld

**Währungseinheit:** Rubel (RUB). Die Bezahlung in Dollar oder Euro ist ungesetzlich (Tausch in allen Banken, 1 Euro = ca. 43,60 RUB/Kurs Okt. 2013).

**Reiseschecks:** in Dollar oder Euro von den meisten großen Banken akzeptiert.



Urlauber – damals und heute



*Landschaft im Westkaukasus*

**Barabhebungen auf Kreditkarte:** möglich, aber recht teuer.

**Geldautomaten:** Abhebungen mit EC-Karte sind bei allen größeren Banken möglich, die Menüführung ist auf Russisch und Englisch.

### Medizinische Hilfe

Der Abschluss einer **Auslandskrankenversicherung** ist Voraussetzung für die Visumserteilung.

**Notrufnummern:** Polizei: 02, Schnelle Medizinische Hilfe: 03.

### Telefon

**Landesvorwahl:** Russland +7, Deutschland +49, Schweiz +41, Österreich +43. Vorwahl Sotschi +7/862(2)/sechsstellige Rufwahl. Vom Festnetz oder mit örtlichen Mobilfunkanbietern wählt man Festnetznummern wie folgt: »2«-sechsstellige Rufwahl.

Es lohnt sich, eine **russische Mobilfunk-SIM-Karte** zu erwerben bzw. vor Reisebeginn die Roaming-Gebühren seines Anbieters zu erfragen.

Außer in manchen Berggegenden ist der Handyempfang lückenlos.

### Unterwegs in der Region

**Autofahren:** Obligatorisch sind internationaler Führerschein und KFZ-Haftpflichtversicherung.

## Sehenswürdigkeiten

**Naturerlebnisse:** Wanderungen im Westkaukasus (UNESCO-Weltnaturerbe), → [S. 158](#); Schlucht der Agura, → [S. 107](#); Kardyvač-See, → [S. 163](#); Bergmassiv des Fišt, → [S. 166](#); 33 Wasserfälle bei Golovinka, → [S. 185](#); Mamedovschlucht bei Lazarevskoe, → [S. 200](#).

**Parks:** Rivierapark in Sotschi-Stadt, → [S. 73](#); Dendrarium in Sotschi-Stadt,

An den Straßen gib es viele Kontrollposten, sie sind immer im Schrittempo anzufahren.

Auch bei kleinen Unfällen müssen die Polizei (Policija) oder GIBDD (Verkehrspolizei) verständigt werden.

**Überlandbusse:** Von Sotschi-Stadt und Lazarevskoe fahren Überlandbusse nach Tuapse, Gelendžik, Novorossijsk, Anapa, Majkop, Krasnodar, Rostov am Don, Stavropol' und andere. Busbahnhöfe gibt es in allen Orten entlang der Küste, auf den meisten Linien fahren relativ moderne Reisebusse (städtische Busgesellschaften und private Busunternehmer).

**Stadtbusse/Maršrutki** (Kleinbusse für 10 bis 14 Personen, verkehren auf den Buslinien). Maršrutki fahren alle paar Minuten, die Busse in größeren Intervallen.

**Električka:** Vorortzug zwischen Adler/Sotschi und Tuapse/Belorečensk. Express-Električka einmal täglich zwischen Sotschi und Krasnodar. Der Aeroport-Express verbindet Sotschi-Stadt mit dem Flughafen in Adler. Eine neue Linie (ab Herbst 2013) verbindet Adler mit den Kurorten in den Bergen.

**Taxi:** Innerhalb von Sotschi-Stadt gelangt man an fast jeden beliebigen Ort für 240–320 Rubel.

**Ausführliche Informationen in den Reisetipps von A bis Z ab [S. 220](#).**

→ [S. 88](#); Eiben- und Buchsbaumhain in Chosta, → [S. 118](#); Park südlicher Kulturen in Adler, → [S. 129](#); Wildpark Ėsto Sadok, → [S. 147](#).

**Museen:** Heimatmuseum in Adler, → [S. 128](#); Teemuseum in Solochaul, → [S. 174](#); Ethnographisches Museum Lazarevskoe, → [S. 192](#); Adygeisches Museum Tchapgaš, → [S. 198](#).

# RUSSLANDS SONNIGER SÜDEN

An der russischen Schwarzmeerküste und im Vorkaukasus leben mehr als 50 verschiedene Völker. Griechen, Römer, venezianische und Genueser Kaufleute haben ihre Spuren hinterlassen. Wild zerklüftete Berglandschaften, die Hochgebirgswelt des Kaukasus und der subtropische Küstenstreifen mit einer beeindruckenden Tier- und Pflanzenwelt garantieren unvergessliche Erlebnisse.



*Landschaft östlich von Krasnaja Poljana*

## Sotschi: Zahlen und Fakten



Die russische Flagge



Die Flagge von Sotschi

### Russland

**Name:** Russland/Россия bzw. Russische Föderation/Российская Федерация (gleichberechtigte Staatsbezeichnungen).

**Hauptstadt:** Moskau (Москва).

**Sprachen:** Russisch (Amtssprache).

**Einwohnerzahl:** 143,5 Millionen (2012).

**Bevölkerungsdichte:** (8,3/km<sup>2</sup>, Deutschland: 225/km<sup>2</sup>).

**Nationalfeiertag:** 12. Juni (Tag Russlands, zum Gedenken an die Proklamation der Russischen Sowjetrepublik als Staat innerhalb der Sowjetunion im Jahr 1990).

**Staatspräsident:** Vladimir Putin (2000–2008, erneut seit 2012).

**Landeswährung:** RBL (Russischer Rubel).

**Autokennzeichen:** RU.

**Vorwahl:** +7.

**Internetkennung:** hauptsächlich .ru, vereinzelt .su, neuerdings auch .рф.

### Region Krasnodar (Kuban')

**Hauptstadt:** Krasnodar.

**Fläche:** 76 000 km<sup>2</sup>.

**Regionsgrenzen:** Gebiet Rostov (Norden, Nordosten), Gebiet Stavropol' (Osten), Republik Karatschai-Tscherkessien (Südosten, zu Russland), Abchasien (Süden, gehört völkerrechtlich zu Georgien), Autonome Republik Adygeja (innerhalb der Region).

**Einwohnerzahl:** 5,3 Millionen (2012).

**Bevölkerung:** 88% Russen, insgesamt über 50 Völker (u. a. Adygeer, Ukrainer, Weißrussen, Esten, Moldawier, Tschechen, Armenier, Griechen, Georgier, Aserbaidschaner).

**Gouverneur:** Aleksandr Tkačëv (seit 2000).

**Wichtige Wirtschaftszweige:** Landwirtschaft (Viehzucht, Getreide-, Reis-, Tee- und Weinanbau), Industrie (Lebensmittelverarbeitung, Maschinenbau, Bauwirtschaft, Verkehrswesen), Tourismus.

**Zeitverschiebung:** MEZ + 2 Std., keine Umstellung zwischen Sommer- und Winterzeit.

### Groß-Sotschi

**Name:** Groß-Sotschi (Bol'shoj Soči/Большой Сочи).

**Länge:** 145 km.

**Gliederung:** vier Stadtbezirke (Rajons): Bezirk Lazarevskoe (Aše, Dagomys, Jakornaja Ščel', Loo, Magri, Makopse, Lazarevskoe, Soloniki, Vardane); Zentralbezirk (Sotschi-Stadt), Bezirk Chosta (Chosta, Kudepsta, Macesta), Bezirk Adler (Adler, Krasnaja Poljana).

**Klima:** subtropisch: lange, heiße Sommer und kurze, milde Winter.

**Niederschläge:** 1500–1700 mm/Jahr.

**Bevölkerungsdichte:** 400 000 Einwohner, 120 Einwohner pro km<sup>2</sup>.

**Vorwahl:** +7/862(2).

## Geschichte der Schwarzmeerküste

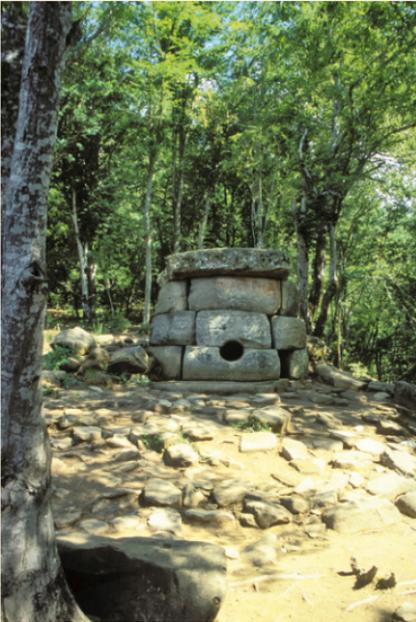
Die ältesten menschlichen Siedlungsspuren belegen, dass sich der Mensch dieses Gebiet vor etwa 500 000 Jahren eroberte. Das Schwarze Meer war ursprünglich ein gewaltiger Binnensee, der erheblich kleiner war als heute und vermutlich vor knapp 8000 Jahren geflutet wurde. Nach neueren Theorien hatte die Eisschmelze nach der letzten Eiszeit den Wasserspiegel der Ozeane und des Mittelmeeres allmählich derart ansteigen lassen, dass die Landenge am nordöstlichen Mittelmeer zunächst überspült wurde und dann dammbruchartig die heutige Meerenge des Bosphorus entstand. Aus dem Binnen- und Süßwassersee wurde das Schwarze Meer, in dem zunächst alles Leben erstarb. Die Fachwelt ist sich heute weitgehend einig, dass diese Ereignisse einer der möglichen Hintergründe für die verschiedenen Sintflutlegenden der Weltreligionen ist.

In der Bronzezeit, im 3. Jahrtausend vor Christus, entstanden Ackerbau und Viehzucht. Mit der Majkopkultur, benannt nach den archäologischen Funden um die Hauptstadt der Adygeischen Autonomen Republik Majkop, etwa 70 km nordöstlich von Sotschi, erreichten Kultur, Kunst und Kultus eine frühe Blüte in der Region. Ein Rätsel aus der europäischen Bronzezeit geben bis heute die auch an der Schwarzmeerküste anzutreffenden sogenannten Dolmen auf (→ S. 19).

Im 7. Jahrhundert vor Christus kamen griechische Kauffleute an die Küsten. Fast in jeder Bucht bis zur nördlichen Halbinsel Taman' zwischen Schwarzem und Azovschem Meer errichteten die griechischen Seefahrer ihre Kolonien, die vor allem vom Handel profitierten. Die in den Chroniken jener Jahrhunderte auftauchenden Städte Germonassa und Bata sind die heutigen Orte Taman' und Novorossijsk. Hinter Dioskurias verbirgt sich Suchumi in Georgien.



Das Schwarze Meer um 1740



*Dolmen aus der Bronzezeit*

Um 500 vor Christus entstand das die nordöstliche Schwarzmeerküste umfassende Staatswesen ›Bosporus‹ mit der Hauptstadt Pantikapej, dem heutigen Kerč' auf der Krim. Der Bosporusstaat brachte der Region eine kulturelle und architektonische Blüte. Er bestand etwa 400 Jahre. Im Jahr 107 vor Christus stürzte ein Aufstand der zu den Steppenvölkern gehörenden Skythen und Sarmaten König Mithridates. Die Aufständischen verloren ihre Macht schon bald an das Pontische Königreich, das im 1. Jahrhundert nach Christus von den Römern erobert wurde. Der Bosporusstaat erlebte mit seiner neuen Hauptstadt Fanagorija auf der Halbinsel Taman' eine zweite Blüte, bevor die Übergriffe der Goten im 3. und der Hunnen im 4. Jahrhundert das Schicksal des Reiches besiegelten. Mit dem Rückzug der Hunnen eroberten zu-

nächst die aus der Volgaregion stammenden Bulgaren das Gebiet und erkoren Fanagorija zu ihrer Hauptstadt, bevor sie sich dem Steppenvolk der Chasaren, die bis zum 10. Jahrhundert die Gebiete zwischen dem Kaspischen und dem Schwarzen Meer beherrschten, geschlagen geben mussten. Die Küste des Schwarzen Meeres stand vornehmlich unter dem Einfluss von Byzanz.

Die ersten slawischen Siedler kamen im 10. Jahrhundert mit dem Kiever Fürsten Mstyslav, der auf der Halbinsel Taman' sein Fürstentum mit dem merkwürdigen Namen Tmutarakan schuf. Der Begriff ›Tmutarakan‹ wird bis heute ohne konkreten Regionalbezug in der russischen Sprache als Inbegriff für tiefste, hinterwäldlerische Provinz verwendet. Knapp 200 Jahre nach dessen Gründung eroberte im 12. Jahrhundert Byzanz das Gebiet zurück. Im 13. Jahrhundert überannte der Sturm der Tataren und Mongolen auch diesen Landstrich. Die neuen Herren gestatteten umtriebigen genuesischen und venezianischen Kaufleuten, in verschiedenen Orten ihre Niederlassungen zu gründen, wodurch verschiedene Beschreibungen der Orte Mapa (heute Anapa, etwa 120 Kilometer nördlich von Sotschi) oder Mavrolako (heute Gelendžik, etwa 80 Kilometer nördlich von Sotschi), überliefert sind. In der zweiten Hälfte des 15. Jahrhunderts brachte das Osmanische Reich die gesamte Schwarzmeerregion unter seine Kontrolle. Die Häfen entlang der östlichen und nördlichen Schwarzmeerküste wurden zu Zentren des Sklavenhandels, für die Osmanen eine wichtige Einnahmequelle. Noch im späten 19. Jahrhundert blühte der Handel, wie von dem französischen Militärberater Fonville überliefert ist. Im 18. Jahrhundert begannen die Auseinandersetzungen zwischen dem türkischen Sultan und dem russischen Zaren, die in den folgenden 100 Jahren insgesamt sechs Kriege nach sich zogen.

## Rätselhafte Dolmen

Eines der faszinierendsten Zeugnisse früher Kulturen im Westkaukasus sind die Dolmen. Dolmen gibt es in Westeuropa, im Kaukasus, Indien, Japan, Korea und Nordafrika. Die Dolmen im Westkaukasus werden der Majkopkultur zugerechnet, sind also um die 5000 Jahre alt. Das Wort ›Dolmen‹ stammt aus dem Bretonischen, bedeutet ›steinerner Tisch‹ und bezeichnet Bauwerke aus zusammengesetzten Steinquadern, die im Deutschen volkstümlich auch als ›Hünengräber‹ bekannt sind. Die Adygeer, die ›Ureinwohner‹ an der Küste des Schwarzen Meeres zwischen Sotchi und Anapa, erzählen sich ihre Legende über die Entstehung der kaukasischen Dolmen: Einst sei die Erde von Zwergen und Riesen bewohnt gewesen. Während die Zwerge auf ihren Hasen ritten, liebten es die Riesen in kraftstrotzendem Übermut, riesige Felsbrocken und entwurzelte Bäume durch die Gegend zu werfen. Die listigen Zwerge nun überzeugten die kindischen Riesen, ihnen steinerne Behausungen zu bauen. So entstanden die Dolmen mit ihren kreisrunden Öffnungen. Eine der Lieblingsbeschäftigungen der Zwerge sei es gewesen, im Hasengalopp an ihren Behausungen vorbeizureiten und mit dem Pfeil die Öffnung zu treffen. An einigen Dolmen findet man linienförmige Gravuren und brustähnliche Auswülbungen. Die Linien sehen hethitischen Zeichnungen ähnlich, wie man sie in Persien im Zusammenhang mit Fruchtbarkeitskulten findet. Auch die phallusförmigen Bolzen, mit denen die an der Vorderseite befindlichen Öffnungen verschlossen werden konnten, lassen einen Zusammenhang mit Fruchtbarkeitsritualen erkennen. Eine kleine Sammlung von ihnen befindet sich im Museum von Lazarevskoe im Norden von Sotchi.

Im Zentrum der Dolmenforschung aber stehen vor allem die Herkunft und mehr noch der Zweck, den diese eigenartigen Bauwerke erfüllten. Älter als die Dolmen im Kaukasus sind die in Portugal, die jedoch den kaukasischen am ähnlichsten sehen. Die megalithischen Bauwerke in England, Irland, der Bretagne, in Deutschland und Dänemark unterscheiden sich wesentlich. Zu den Relikten des Megalithikums gehören außerdem Menhire – einzeln stehende steinerne Monolithe, Steinkreise, steinerne Throne und Stelen. Man vermutet, dass sich die Dol-



*Einer der seltenen Monolithe: der Volkonskij-Dolmen bei Lazarevskoe*

menkultur durch Handelsbeziehungen oder die Migration ganzer Volksgruppen über die Kontinente verbreitete. Denkbar ist aber auch, dass sie parallel in den verschiedenen Erdteilen entstand.

Die Dolmen, die man am Schwarzen Meer allerorten besichtigen kann, sehen Steinhäusern ähnlich. Sie bestehen entweder aus zusammengesetzten, grob behauenen Quadern, die exakt passgerecht zusammengefügt wurden oder sind – viel seltener – Monolithe, aus denen der Innenraum herausgemeißelt wurde. Der Sandstein für die Herstellung der Quader oder Monolithe befindet sich oft Dutzende Kilometer vom Standort entfernt, was die Frage aufwirft, wie die tonnenschweren Quader von einem Ort an den anderen gerieten. In der Nähe der Dolmen gibt es zumeist erzhaltiges Gestein und Quellen. Oft weisen die Öffnungen einer Dolmengruppe auf einen bestimmten geographischen Punkt oder in eine gemeinsame Himmelsrichtung.

Lange nahm man an, dass es sich bei den Dolmen um Begräbnisstätten handle, ähnlich steinernen Sarkophagen. Doch fand man in den wenigsten Dolmen menschliche Überreste. Die meisten waren zudem in den zurückliegenden Jahrtausenden geplündert oder zerstört worden, so dass Rückschlüsse auf eventuelle Opfergaben oder ähnliches kaum mehr möglich sind. Die Vorfahren der Adygeer kannten und praktizierten die Rituale der Doppelbestattung. Möglich ist, dass die Toten bis zu einem bestimmten Zeitpunkt in den Dolmen aufbewahrt und dann ihre sterblichen Überreste an einen anderen Ort überführt wurden. Unwahrscheinlich ist auch nicht, dass im Umfeld der Dolmen, insbesondere der Dolmengruppen, Rituale abgehalten wurden. In der Umgebung von Tuapse (etwa 20 Kilometer nördlich von Sotschi) wurde in den 70er Jahren ein Dolmen unter einem Hügel entdeckt, der mit astronomischen Beobachtungen in Zusammenhang gebracht wird.

Der erste Wissenschaftler, der mit den Dolmen an der östlichen Schwarzmeerküste in Berührung kam, war der Deutsche Peter Simon Pallas (1741–1811), der in den 90er Jahren des 18. Jahrhunderts eine Expedition in den Nordkaukasus unternahm und die von ihm entdeckten Megalithe beschrieb. Seine Aufzeichnungen blieben unbeachtet, bis man sich ab der Mitte des 19. Jahrhunderts auch in Westeuropa für die Dolmen zu interessieren begann. Seitdem wurden Generationen von Wissenschaftlern und Laien in ihren Bann gezogen. Die sowjetischen und russischen Dolmenforscher verfassten einige grundlegende Monographien zu diesem Thema, aber erschöpfende Antworten auf die Frage, warum und zu welchem Zweck die Menschen des Steinzeitalters solcherart aufwändige Bauten errichteten, konnten auch sie nicht geben.

Seit einigen Jahren stehen die Dolmen im Zentrum der esoterischen Öffentlichkeit Russlands. ›Schuld‹ daran trägt der Autor Vladimir Megre, ein sibirischer Geschäftsmann. Er ist der Verfasser einer Reihe von Büchern über seine Begegnungen mit Anastasija, einer sibirischen Zauberfrau, die ihn in die Geheimnisse der übersinnlichen Welterfahrung eingeweiht habe. In einem der bisher veröffentlichten sechs Bände erzählt er auch von Anastasijas Sicht der Dolmen. Seitdem sind sie Pilgerort zahlreicher Menschen. Megres Anastasija-Bücher wurden auch ins Deutsche übersetzt.

Im Internet findet sich eine gute Übersicht über die Dolmen an der Schwarzmeerküste unter <http://vsedolmeny.ru/dolmeny-sochi.html>, die Texte sind auch auf Englisch.

## Russisches Reich

1783 eroberte Russland unter Zarin Katharina II., der Großen, zunächst die Krim an der Nordküste des Schwarzen Meeres. Ab 1792 begann die zielgerichtete Eroberung und Besiedlung der Tiefebene und des Kaukasusvorlandes südlich des Don. Die Zarin schenkte den Kosaken an Don und Wolga, die sich im Krieg ausgezeichnet hatten, umfangreiche Ländereien und konnte sich darauf verlassen, dass die Besiedlung und Verteidigung der eroberten Landstriche durch diese sichergestellt wurde. Mit dem Friedensvertrag von Adrianopel (heute Edirne in der Türkei) besiegelte Zar Nikolaj I. im Jahr 1829 völkerrechtlich den vorläufigen russischen Sieg über das Osmanenreich in der Schwarzmeerregion und im Kaukasus. In den Folgejahren bis 1842 errichteten russische Truppen an der Küste zwischen Azovschem Meer und dem heutigen Adler im Süden Sotchi eine Befestigungslinie mit 17 Forts. Der Kaukasuskrieg zur Unterwerfung der ansässigen Bergvölker dauerte aber bis 1864. Mindestens 400 000 Adygeer, die ›Ureinwohner‹ in den Bergen an der Küste des Schwarzen Meeres zwischen Anapa und Sotchi, wurden zur Emigration in die Türkei gezwungen (→ [S. 30](#)). Das neue Gouvernement im Süden Russlands war dank seiner natürlichen und klimatischen Bedingungen als Neuland für potentielle Siedler attraktiv, so dass in den Steppen und an der Küste die Bevölkerung schnell wieder wuchs.

Entlang der Küste begann 1866 die Schifffahrt, 1892 war die 530 Kilometer lange Straße von Noworossijsk bis nach Suchumi in Abchasien fertiggestellt, und in vielen Orten wurde begonnen, mit Sanatorien, Hotels und Pensionen den Grundstein für Kururlaube und Tourismus zu legen.



Weißrussische Neusiedler Ende des 19. Jahrhunderts

## Die Kosaken

Das Wort ›Kosake‹ ist türkischen Ursprungs und bezeichnete in seiner ursprünglichen Bedeutung – ›freier Krieger‹ oder ›Vagabund‹ – zunächst die russischen und ukrainischen Bauern, die im 16. Jahrhundert an den löchrigen Grenzen des Zarenreichs vor der Leibeigenschaft flüchteten und sich in den russischen Randgebieten an den Flüssen Dnepr, Don und Wolga in freien Gemeinschaften niederließen.

Die Kosakendörfer hießen ›Stanica‹, die Truppe wurde als ›Vojsko‹ bezeichnet und der gewählte Führer hieß ›Hetman‹ oder ›Ataman‹. Ihren Lebensunterhalt bestritten die Kosaken ebenso mit Raub wie mit Landwirtschaft. Ihr Verhältnis zum Zaren und zu den örtlichen Machthabern gestaltete sich unterschiedlich. Häufig arrangierten sie sich mit dem Kreml und agierten als Söldner im Staatsauftrag – sowohl bei der Sicherung als auch bei der Ausdehnung der Grenzen. Mit der gesetzlichen Verankerung der Leibeigenschaft im Jahr 1647 erhielten die Kosaken viel Zulauf. Im Rahmen der russischen Expansionspolitik wurde ihr Status ab 1720 institutionalisiert und zugleich instrumentalisiert. Sie erhielten Sonderrechte, eigene Uniformen und Waffenordnungen und wurden zur entscheidenden Stütze der Eroberung und Besiedlung der neuen Gebiete in Sibirien, am Schwarzen Meer und im Kaukasus. Die kriegerischen Vagabunden verwandelten sich in mehr oder weniger staatsreue Grenzbauern, die bei bewaffneten Konflikten in armeeähnlichen Strukturen kämpften. Insbesondere die Steppengebiete am Don und das Vorland des Kaukasus wurden zu Zentren des Kosakentums.



Im 19. Jahrhundert übernahmen die Kosaken die Nationaltracht der Adygeer als Uniform

Die Kosaken konnten sich daher mit der bolschewistischen Revolution nicht anfreunden und schlugen sich im blutigen Bürgerkrieg mehrheitlich auf die Seite der weißgardistischen Armeen. Die Konsequenz nach dem Sieg der ›Roten‹ war die Auflösung aller Organisationsstrukturen. Doch die romantische Vorstellung von den kämpferischen und freiheitsliebenden Kosaken blieb auch zu sowjetischer Zeit im Bewusstsein der Menschen vor allem in Südrussland präsent und wurde ebenso in der Gemeinschaft der Exilrussen im Westen gepflegt.

Die Perestrojka und der Umbruch brachte eine Wiederbelebung der alten Traditionen, die vorher offiziell nur Folklorecharakter trugen. Da ab 1990 auch die Fragen der inneren Sicherheit vor dem Hintergrund der ethnischen Konflikte im Kaukasus an Schärfe gewannen, war die Wiedergeburt des Kosakentums zur Verteidigung staatlicher Interessen eine zwangsläufige Konsequenz.

## Der Kuban'

Die Region Krasnodar, zu der auch die russische Schwarzmeerküste und der Kurort Sotschi gehören, wird auch häufig Kuban' oder Kuban'-Region genannt. Der gleichnamige Fluss besitzt seine Quelle an den Nordwesthängen des El'brus, fließt über 870 Kilometer an der Nordflanke des Großen Kaukasus, wendet sich bei Stavropol allmählich nach Westen, passiert Krasnodar und erreicht bei Temrjuk das Azovsche Meer. Nördlich des Kuban' ist das Steppenland flach wie ein Spiegel, südlich des Flusses schieben sich die Ausläufer des gewaltigen Kaukasusgebirges in die Landschaft. Im 19. Jahrhundert war der Fluss mit vielen Forts befestigt und hat sich als Name für das Vorland der majestätischen Berge des Kaukasus eingebürgert.

Die heutige Verwaltungsstruktur der Kuban'-Region mit der Hauptstadt Krasnodar besteht seit 1937, als das Verwaltungsgebiet Azov-Schwarzmeer in die Gebiete Rostov und Krasnodar geteilt wurde. In ihren alten Grenzen verblieb das Autonome Gebiet der Adygeer. Die in jenem Jahr vollzogene verwaltungstechnische Unterteilung in Regionen (Kraj) wie Krasnodar und Gebiete (Oblast') wie Rostov ist bis heute gültig. Beide gehören zum Föderalbezirk Südrussland. Das Gebiet des Kuban' umfasst 76 000 Quadratkilometer und ist damit etwas größer als Bayern und etwas kleiner als Österreich. Hier leben gut fünf Millionen Menschen, davon 740 000 in der Hauptstadt Krasnodar. Prägend für die Region sind in erster Linie die Küstenlandschaften des Schwarzen Meeres sowie im Nordwesten des flacheren Azovschen Meeres. Im Norden und Nordosten grenzt die Region an das Gebiet Rostov, im Osten an das Gebiet Stavropol', im Südosten an die zu Russland gehörenden Republik Karačaj-Čerkessija (Karatschai-Tscherkessien) und im Süden an Abchasien, das völkerrechtlich zu Georgien gehört. Innerhalb der Grenzen der Region befindet sich die Autonome Republik Adygeja mit der Hauptstadt Majkop.



*Berge und Meer prägen die südliche Region des Kuban'*

## Wirtschaft des Kuban'

Die Wirtschaft der Kuban'-Region ist vor allem durch die vielseitige Landwirtschaft von Viehzucht und Getreide bis hin zu exotischen Kulturen wie Reis, Tee und Wein geprägt, die in Russland nur hier angebaut werden. Daneben gibt es auch eine entwickelte Industrie, neben der Lebensmittelverarbeitung spielen vor allem Maschinenbau, Bauwirtschaft und Verkehrswesen eine wichtige Rolle. Die Infrastruktur ist vergleichsweise gut ausgebaut. Milde Winter ziehen die Straßen nicht so sehr in Mitleidenschaft wie in den nördlichen und östlichen Landesteilen. Die acht Häfen an der Küste sind wichtige Exportportale für die gesamte russische Wirtschaft. Einer der einträglichsten Wirtschaftszweige ist ohne Zweifel der Tourismus am Schwarzen Meer, denn keine andere Küste Russlands bietet so lange Strände, soviel Sommer und Sonne.

Das Gebiet Krasnodar gilt heute als eine der dynamischsten Wirtschaftsregionen Russlands. Hier kann man allerdings nicht mit den landestypischen Rohstoffklassikern Öl und Gas oder Erz und Holz wuchern. Zwar wurde das erste Erdöl Russlands 1864 in der Region gefördert, die Quellen sind aber im Vergleich zu den großen Fördergebieten in Sibirien vollkommen unbedeutend. Die wirklichen Reichtümer des Kuban' sind seine exzellenten natürlichen und klimatischen Voraussetzungen für eine erfolgreiche Landwirtschaft, der direkte Zugang zum Meer und das durchaus mit mediterranen Maßstäben zu messende Lebensflair.

In den letzten Jahren hat auch die lokale Politik unter dem seit 2000 amtierenden Gouverneur Aleksandr Tkačëv begonnen, die Zeichen der neuen Zeit besser zu verstehen. Man spürt, wie in der Region die Ärmel hochgekrempt werden und vielerorts neue Unternehmen entstehen. Wirtschaftsförderung und Investorensuche stehen bei der Administration an vorderster Stelle. Neben einer stärkeren Zusammenarbeit mit den Anrainerstaaten rund um das Schwarze Meer



Neue Hotelbauten an der Mzymta in Ėsto Sadok

ist man auch an einer Vertiefung der Zusammenarbeit vor allem mit Deutschland sehr interessiert. Seit mehreren Jahren präsentiert sich die Region regelmäßig mit eindrucksvollem Engagement auf Messen und Wirtschaftstagen. Bei der Investorensuche in Deutschland wurden die Verträge für die ersten Leuchtturmprojekte bereits unterschrieben. Der westfälische Landtechnikhersteller ›Claas‹ investierte beispielsweise bei Krasnodar über 20 Millionen US-Dollar in einen Betrieb zur Montage von Mähdreschern zum Export in die GUS-Staaten, der 2005 seine Produktion aufnahm.

Die Vergabe der Olympischen Spiele an Sotschi in der Region Krasnodar hatte einen bis dato beispiellosen Bauboom zur Folge. 2008 präsentierte die Verwaltung auf der Suche nach Investoren einen Projektkatalog mit Vorhaben im Wert von mehr als zwölf Milliarden Euro. Auf den Olympia-Baustellen in und um Sotschi sind auch deutsche Unternehmen präsent. Siemens zum Beispiel baute für die Olympiade die Züge, die auf der Trasse zwischen den Olympiabauten am Meer und denen in den Bergen unterwegs sein werden. Hinter Moskau und St. Petersburg ist die Region Krasnodar der wichtigste Handelspartner und Investitionsschwerpunkt der deutschen Wirtschaft in der Russischen Föderation.

## Völkergemisch zwischen Kuban' und Schwarzem Meer

Die Kuban'-Region war immer ein ethnischer Schmelztiegel. Etwa 88 Prozent der Einwohner sind Russen, die hier mit Angehörigen von über 50 Völkerschaften aus drei Sprachfamilien zusammenleben. Die ›Ureinwohner‹ der Region waren und sind die Adygeer. Östlich von Adygeja lebten und leben die anderen nordkaukasischen Völker wie Osseten (Alanen), Inguschen und Tschetschenen, von denen auch viele im Kuban' zu Hause sind. Während und im Anschluss an den Kaukasuskrieg im 19. Jahrhundert siedelten sich im Kuban' und an der Schwarzmeerküste neben Russen auch Kosaken, Ukrainer, Weißrussen, Esten, Moldawier, Tschechen und Deutsche an. Überdurchschnittlich groß ist der Anteil von Armeniern und Griechen an der Bevölkerung. Ihre Vorfahren stammen überwiegend aus Kleinasien, von wo sie zu verschiedenen Zeiten vor der Unterdrückung im Osmanischen Reich und in der Türkei nach Russland flohen. Außerdem leben im Kuban' Georgier und Aserbaidschaner.

Der Mythos der großen sowjetischen Völkerfamilie verblasste nach der Wende schnell entlang des bis dato von Odessa in der Ukraine bis Batumi in Georgien einheitlichen Urlaubsgebietes Schwarzmeerküste. Die Einschnitte in Form der neuen Grenzen tangierten zwangsläufig auch den Tourismus am Schwarzen Meer. Für einen Urlaub in der Region stehen anstelle eines Staates nunmehr drei verschiedene zur Auswahl: Russland, die Ukraine und Georgien. Die Krim gehört zur Ukraine. Sotschi bildet das südliche Zentrum der zu Russland gehörenden Küste. Altbekannte Urlaubszentren wie Pizunda und Suchumi gehören zu Georgien und wurden 1993 vom Bürgerkrieg in diesem Land stark in Mitleidenschaft gezogen. Die Bemühungen der zu Georgien gehörenden Nordprovinz Abchasien an der Grenze zu Russland um ihre staatliche Unabhängigkeit haben zwar kaum Aussichten auf Erfolg (trotz diplomatischer Anerkennung durch Russland, Nicaragua, Venezuela und den Pazifikstaat Nauru), sind aber nach