

JAMAICA®

**REISEFÜHRER
JAMAICA**





WILLKOMMEN

**DIE INSEL IST
BEKANNT FÜR IHRE
AUSSERGEWÖHNLICHE
SCHÖNHEIT, IHRE
FREUNDLICHEN
MENSCHEN, PULSIERENDE
KULTUR UND REICHE
GESCHICHTE. ES GIBT
KEIN BESSERES WORT,
UM DAS JAMAIKANISCHE
ERLEBNIS ZU
BESCHREIBEN ALS EBEN ...
„IRIE“.**

DAS LAND DER WÄLDER UND FLÜSSE

Jamaika ist so dynamisch und facettenreich, dass Sie hundert Mal hinfliegen können und doch jedes Mal ein einzigartiges Erlebnis haben.

Hier ist der legendäre Bob Marley zu Hause, der wohl berühmteste und weltweit bekannteste Interpret des Reggae. Reggae, der beliebteste Musikexport der Insel, ist eine eklektische Mischung aus ansteckendem Beat und bezaubernden – manchmal auch beißenden – Texten, und man hört ihn überall auf der Insel. Reggaemusik wird ebenfalls bei den jährlich stattfindenden Festivals gefeiert, z. B. beim Reggae Sumfest und Rebel Salute, wo Sie sich ebenfalls von den kulinarischen Köstlichkeiten Jamaikas verwöhnen lassen können.

Jamaika zu besuchen, ohne Jerk Chicken, Schweinefleisch, Fisch, Muscheln oder Wurst zu probieren – bzw. sämtliche Fleisch- oder Fischgerichte – ist fast schon frevelhaft. Bei dieser Zubereitung wird mit einer Fülle traditioneller Gewürze und Kräuter gewürztes Fleisch oder Fisch entweder in einem Metallfass oder über aromatisiertem Holz geräuchert. Obwohl sich die Methode über die Jahre fortentwickelt hat und je nach Koch unterschiedlich ist, bleibt der Geschmack doch derselbe: ohne Zweifel jamaikanisch und unglaublich wohlschmeckend.

Traditionelle jamaikanische Patties müssen Sie unbedingt auch probieren und ebenfalls Curry-Ziegenfleisch, Mannish Water, Ochsenchwanz und natürlich das Nationalgericht Ackee und Saltfish.

Die schneeweißen Sandstrände Jamaikas, wo das türkisblaue Meer zum Baden einlädt, gehören zu den besten der Welt. Vom weltberühmten Doctor's Cave Beach in Montego Bay zum genauso beliebten Seven Mile Beach in Negril, dem Frenchman's Cove in Portland, dem Treasure Beach an der Südküste oder dem einzigartigen Dunn's River Falls and Beach in Ocho Rios: Hier gibt es für jeden den passenden Strand.

Max Earle (2)

Clockwise from left: Sean Murray, Max Earle, J. Kevin Foltz



Falls den ganzen Tag am Strand zu liegen nichts für Sie ist, könnte eine Reise nach Jamaika trotzdem das beste Rezept für Sie sein. Es gibt Hunderte von Fitness-Studios und zahllose Lauf- und Sportgruppen im Land, und durch zunehmendes weltweites Interesse an Gesundheit und Wellness wurden jährlich stattfindende Veranstaltungen wie der Reggae-Marathon und der Kingston City Run ins Leben gerufen. Die Get-Fit-Bewegung hat ebenfalls zur Einrichtung verschiedener Health- und Wellness-Bars sowie Spa-, Fitness- und Yoga-Retreats in gehobenen Resorts geführt.

Jamaika führt seit Jahren im Bereich Destinationen für Hochzeitsgesellschaften. Die Wahlmöglichkeiten für die Paare reichen von Boutique-Resorts bis zu Privatanwesen und Villen auf der ganzen Insel. All-Inclusive-Resorts bieten zahlreiche Hochzeitspakete an, komplett mit hilfsbereiten Hochzeitsplanern und der Möglichkeit, das Erlebnis nach eigenen Wünschen zu gestalten.

Die Insel ist ebenfalls auf dem besten Weg, sich als ideale Destination für Firmen-Retreats, Konferenzen und Incentive-Gruppen einen Namen zu machen. Obwohl das Jamaica Conference Centre und das Montego Bay Convention Centre weiterhin die bewährtesten Orte für diese Zusammenkünfte sind, haben viele Resorts ihre Tagungsräumlichkeiten erweitert, wodurch sich die Insel als beliebter Veranstaltungsort für große Gruppen positionieren konnte. Dank einem immer größeren Angebot an Transportdienstleistungen und einer kürzlich fertiggestellten Autobahn, die Kingston mit der Nordküste verbindet, können Sie Ihre Konferenz im Paradies halten! ■

WUSSTEN SIE SCHON,

dass die als Jerk bekannte traditionelle Kochtechnik angeblich von den Maroons der Insel, also den entflohenen Sklaven, erfunden wurde?



KINGSTON

EINE DRAMATISCHE
BERGLANDSCHAFT
BILDET DEN
EINDRUCKSVOLLEN
HINTERGRUND DER
DURCH UND DURCH
MODERNEN HAUPTSTADT.

KRONJUWEL

Die lebhafte Hauptstadt Jamaikas liegt eingebettet zwischen den berühmten Blue Mountains und einem der größten natürlichen Häfen der Welt. Die aus zwei Hälften bestehende Stadt wird Sie durch die Schönheit der Natur und ihr kosmopolitisches Flair in ihren Bann ziehen. Ob Sie auf der Suche nach kulturellen Veranstaltungen, Aktivitäten in der Natur, exquisiter Gastronomie oder fantastischem Shopping sind: Kingston kann all dies bieten.

Nördlich von Kingston bilden die Blue Mountains eine herrliche Kulisse. Das Berggebiet ist ein Teil des UNESCO-Weltkulturerbes Blue & John Crow Mountains National Parks. Das Gebirge ist wohl am bekanntesten für den Anbau des Blue Mountain-Kaffees, aber es ist auch bevorzugtes Ziel von Abenteuerurlaubern und Naturliebhabern.

Und in der Stadt können Sie die Wunder der Natur in den Hope Botanical Gardens genießen. Die Gartenanlage liegt auf acht Quadratkilometern und ist nicht nur die größte Grünfläche innerhalb der Stadtgrenze von Kingston, sondern auch der größte botanische Garten der Karibik, in dem sich ebenfalls der Hope-Zoo befindet.

Kingston ist vielleicht nicht für seine Strände bekannt, aber die Einheimischen zieht es zur Küste von Fort Clarence. Hier finden Sie Annehmlichkeiten wie Umkleidekabinen, Duschen, Toiletten und Rettungsschwimmer sowie zwei nahegelegene Restaurants, wo Sie frischen Fisch und andere schmackhafte Gerichte bestellen können. Im Jamnesia



WUSSTEN SIE SCHON,

dass man im Bob-Marley-Museum das unabgeänderte Schlafzimmer des Sängers besuchen kann? Man sieht sogar Einschusslöcher von einem fehlgeschlagenen Mordanschlag im Jahr 1976.

Surf Camp in Bull Bay, nur 20 Autominuten östlich von Kingston, frönen Surfer ihrem Sport in den hohen Wellen. Dies ist das erste und einzige Surf-Camp auf Jamaika, wo Sie auf einige der besten Surfer der Insel treffen können.

Die Reggaemusik ist Teil der DNA der Insel. Um den Mann, mit dem alles begann, zu würdigen, strömen die Fans zum Bob-Marley-Museum auf dem Grundstück des Hauses des legendären Musikers, welches er 1975 erwarb. Hier hat Marley Schallplatten aufgenommen und bis zu seinem Tod im Jahr 1981 gewohnt. Vergessen Sie nicht, die berühmte Statue des Sängers im Innenhof zu fotografieren.

Ein neues Museum, das zu Ehren von Peter Tosh errichtet wurde, öffnete 2016 seine Tore. Auch Peter Tosh ist eine Kultfigur der Reggaemusik und eines der Gründungsmitglieder der Gruppe The Wailers. Tosh war Menschenrechtsaktivist. 1987 kam er auf tragische Weise ums Leben. Mit dem Tosh-Museum werden sein Leben und seine Errungenschaften gewürdigt. Hier befinden sich auch Ausstellungsstücke wie seine Gitarre, die die Form eines AK-47-Gewehrs hat, und sein Einrad.

Eine weitere beliebte Attraktion ist das Devon House, ein elegantes Herrenhaus aus dem Jahr 1881, das von George Stiebel, dem ersten





BENIESSEN SIE DIE WUNDER DER NATUR IM HOPE BOTANICAL GARDEN, DEM GRÖSSTEN BOTANISCHEN GARTEN DER KARIBIK.



WUSSTEN SIE SCHON, dass die 3 ½ Meter hohe Bronzeskulptur Redemption Song von Laura Facey aus einer Vielzahl von Vorschlägen ausgewählt wurde und nun den Haupteingang des Emancipation Parks ziert?



schwarzen Millionär der Karibik, im georgischen Stil errichtet wurde. Das Haus mit seinen üppigen, ausgedehnten Gärten und Grünflächen wurde vom Jamaica National Heritage Trust wunderschön restauriert. Wenn Sie dort sind, vergessen Sie nicht, im berühmten I Scream Shop vorbeizuschauen.

Etwas weiter in östlicher Richtung erreichen Sie die alte Piratenklave Port Royal, die ursprünglich als Stadt der Sünde bekannt war. Port Royal liegt am Kingston Harbor und war einst für Handel und Gewerbe von Jamaika von entscheidender Bedeutung. Obwohl der Ort später der Dekadenz und dem Leben im Exzess verfiel, wurden diese Geschichten zu Legenden, und die Stadt am Meer gilt nun als ein Kuriosum. Machen Sie einen Ausflug nach Port Royal und lassen Sie sich von den Kopfsteinpflasterstraßen, spanischer Architektur, Wassergräben und Forts faszinieren. Die Stadt ist nur 45 Autominuten von Kingston entfernt.

Gourmets sind begeistert über die Vielfalt der Geschmacksrichtungen und Gewürze, die es hier auf Jamaika gibt. Vom Stand an der Straßenecke bis zu den exklusivsten Feinschmeckerlokalen: In Kingston finden Sie die besten Speiseangebote. Wenn Sie einen Blick auf die Dynamik der Landwirtschaft der Insel werfen wollen, müssen Sie mittendrin anfangen: Coronation Market. Wenn Ihnen nach einem ausladenden Mahl am Wasser ist, fahren Sie zum Festival Marketplace direkt an der Uferpromenade im Zentrum von Kingston. Wenn Sie ein authentisches Jerk-Erlebnis suchen, ist Scotchies Jerk Centre auf der Chelsea Avenue die richtige Adresse, wo Sie das beste Jerk-Chicken dieser Gegend essen können.

Kingston ist bekannt für sein pulsierendes Nachtleben. Die Regency Bar & Lounge ist eine peppige Lounge mit schickem, kosmopolitischem Dekor. Die Blend Bar & Lounge ist ebenfalls ein trendiger Hotspot, der sich mit den besten Bars von New York City und Miami messen kann.

In der Bar auf dem Dach der CRU Bar and Kitchen herrscht eine lässigere Atmosphäre, aber hier haben Sie eine phantastische Aussicht auf die Stadt. Außerdem werden exzellente Cocktails und eine Auswahl erlesener Weine angeboten. Die im Zentrum von New Kingston gelegene Sky Bar hat ebenfalls phantastische Aussicht und wenn Sie hier sind, müssen Sie ein paar Bahnen im 15-Meter-Pool schwimmen.

Wenn Sie tanzen möchten, gehen Sie ins Fiction Fantasy. Dieser gehobene Nachtclub wird von den heißesten Partygängern frequentiert und hier legen einige der besten DJs der Insel auf.

Das Jamaica Food & Drink Festival, ein fünf Tage dauerndes Festival, das sich um die besten Speisen und Getränke dreht, die Jamaika zu bieten hat, muss unbedingt auf Ihren Besuchsplan, wenn Sie im Oktober hier sind. 30 gefeierte Köche und kulinarische Persönlichkeiten, acht fabelhafte Gourmet-Events und Live-Unterhaltung sorgen dafür, dass diese Veranstaltung als das Äquivalent des South Beach Wine & Food Festivals gilt.

Ebenfalls im Oktober findet das Kingston Jerk Gospel Music Festival statt, wo Sie eine Mischung aus traditionellen jamaikanischen Gerichten, prominenten Starköchen und führender karibischer Gospelmusik erwarten können. Im November findet die

Restaurant-Woche in Kingston, Montego Bay und Ocho Rios statt. Hier werden bei Dutzenden von Top-Restaurants in Kingston besonders ausgesuchte dreigängige Abendessen zu einem festen Preis angeboten sowie Mittagessen zu erheblich reduzierten Preisen.

In Kingston gleichen sich modische Trends durch tropisches Flair aus, das sich zu einer eigenen Marke entwickelt hat. Veranstaltungen wie Jamaica's Fashion's Night Out, wo es in den Geschäften hohe Rabatte gibt, sind Zeugnis für die Liebe des Landes zum modischen Stil.

So wie die Modeszene blüht auch der Sektor der lokal hergestellten Produkte in Kingston. In Jamaika hergestellte Seifen, Kerzen, T-Shirts, Konfitüren und Gelees, Soßen und Schmuck sind überall in der Hauptstadt zu finden und eignen sich perfekt als Souvenirs und einzigartige Geschenke. Kunsthandwerk können Sie in einigen Outlets wie Grosvenor Galleries, Island Art and Framing, Craft Cottage und der National Gallery of Jamaica erwerben. Eindrucksvolle Stücke finden sich auch in den Straßenläden von Kingston.

Sie sollten auch die vielen Ausstellungen von Kingston besuchen. Eine beliebte Ausstellung, die mehrmals im Jahr auf dem Gelände des Devon House stattfindet, ist der Market on The Lawn. Hier werden Kunstgegenstände, Kunsthandwerk, Schmuck, Mode, Speisen und alles mögliche andere angeboten. Abgesehen davon, dass die Ausstellungen in Kingston ein Mekka für Shopper sind, bieten sie ebenfalls eine Plattform, um mit Leuten auf entspannte Weise ins Gespräch zu kommen. ■

LOKALE ATTRAKTIONEN

Bob Marley Museum

56 Hope Road
Kingston 6
Tel: +1-876-630-1588
Fax: +1-876-978-4906
E-mail: marie.bruce@tuffgong.com /
onlocation@tuffgong.com

Club Kingston

Norman Manley International Airport
Departure Lounge
Tel: +1-876-618-6351 / 886-4144 /
387-1000
E-mail:
charmaine.franklin@vipattractions.com

Devon House

26 Hope Road
Kingston 10
Tel: +1-876-926-0815
Fax: +1-876-926-0817
E-mail: devonhouse@cwjamaica.com

Rockfort Mineral Bath Complex

Rockfort
P.O. Box 448
Kingston 2
Tel: +1-876-938-5055
Fax: +1-876-938-5661
E-mail:
pfullerton@caribcement.com

Trench Town Culture Yard

6-8 Lower First Street
Trench Town
Kingston 12
Tel: +1-876-859-6741 / 392-7058
E-mail: ttda.co@outlook.com /
colin.weise@live.com

OCHO RIOS

„OCHI“, WIE DIE
EINHEIMISCHEN
SAGEN, IST EIN BUTER
AUSGANGSPUNKT FÜR
AKTIVE URLAUBER,
DIE VIELFÄLTIGE
ABENTEUER ERLEBEN
MÖCHTEN.

LANDSCHAFTLICHE SCHÖNHEIT

Ocho Rios ist mehr als nur ein beliebter Hafen für Kreuzfahrtschiffe; es ist eine faszinierende, farbenfrohe Stadt, die viel bietet. In der Stadt und Umgebung finden Sie atemberaubende, üppige Vegetation und eine dramatische, abwechslungsreiche Landschaft mit grandiosen Bergen und makellosen Stränden.

Ocho Rios ist ein Paradies für Naturliebhaber. Rainforest Adventures Mystic Mountain bietet Besuchern verschiedene Expeditionen, die sie in das vielfältige Ökosystem dieses Landstrichs eintauchen lassen. Klettern Sie hoch hinauf und dann wieder hinunter - die Green Grotto Caves sind riesige Felsformationen mit klar sichtbaren Deckenhöhlen.

Die berühmteste Outdoor-Attraktion von Rios ist zweifellos der Dunn's-River-Wasserfall. Jeden Tag leiten Führer die Besucher den Wasserfall hinauf und wieder hinunter. Die Fälle fließen ins Meer und grenzen an einen Strand, an dem die Besucher sich entspannen und einen Happen essen oder shoppen können. In der Nähe von Dunn's River Falls ist Dolphin Cove, die Nummer Eins unter den Attraktionen der Karibik. Während das Hauptangebot darin besteht, zu schwimmen und mit den Delphinen zu spielen, können Sie hier auch die in der Karibik einzigartige Night Dolphin und Shark Extravagant Show im Meer sehen.

Der YAAMAN-Abenteuer-Park bietet verschiedene einzigartige Touren ab Prospect Estate an, einem Besitztum aus dem 18. Jahrhundert, auf dem sich

ein Herrenhaus befindet. Die Besucher können die Außenanlagen auf verschiedene Weise erkunden. Chukka Caribbean Adventures organisiert ebenfalls spannende Touren. Weitere Anbieter sind Island Routes und Jamaica Tours.

Ocho Rios ist bekannt für seine aktive Nightlife-Szene. Bei einem Spaziergang die Main Street hinunter bekommen Sie einen Eindruck vom rauen Nachtleben. Eine weitere gute Wahl, um etwas zu trinken und zu tanzen, sind die Bars und Lounges der Hotels und Resorts.

Fahren Sie nicht wieder nach Hause, ohne etwas aus Jamaika mitzunehmen. Einmalige und preisgünstige Souvenirs finden Sie im Original Ocho Rios Craft Park, Island Village, auf der Main Street und im Taj Mahal Shopping Center — dessen Design vom echten Taj Mahal in Indien beeinflusst wurde. ■

Top: Jamaica Inn; Bottom: Max Earle



WUSSTEN SIE SCHON,

dass der 1962 gedrehte James-Bond-Film Dr. No der erste Film der beliebten Filmserie war und hier in Ocho Rios gefilmt wurde?





DIE VERKÄUFER HEISSEN SIE MIT EINEM WARMEN LÄCHELN WILLKOMMEN UND MACHEN SCHERZE, WÄHREND SIE IHNEN HANDBEFERTIGTEN SCHMUCK, BILDER UND MEHR VORLEGEN.

WUSSTEN SIE SCHON,

dass Sie einen Blick in das alte Ocho Rios werfen können, indem Sie einfach die Main Street hinuntergehen? Die vielen Läden und Boutiquen sind eine wahre Fundgrube für alle möglichen interessanten Sachen.



Max Earle (2)

LOKALE ATTRAKTIONEN

Bamboo Beach Club

Tower Isle, St. Mary
Tel: +1-876-975-5106 / 417-0142
E-mail: bamboobeachclub@live.com

Calypso Rafting

Exchange, White River
St. Ann
Mailing Address:
P.O. Box 54
Ocho Rios, St. Ann
Tel: +1-876-974-2527
Fax: +1-876-795-1205
E-mail: bobmarcon@yahoo.com

Chukka Caribbean Adventures
White River Valley Tubing

Cascade Endeavour, St. Mary
Mailing Address:
8 Derrymore Road
Kingston 10
Tel: +1-876-974-2017 / 382-6907
Fax: +1-876-974-9432

Chukka Caribbean Adventures
Original Canopy Tours

Cranbrook Flower Forest, St. Ann
Mailing Address:
C/O Shop #2
Montego Bay Freeport Shopping Centre
St. James
Tel: +1-876-684-9934
Fax: +1-876-684-9931
E-mail: tmcgibbon@chukkacaribbean.com
chaughton@chukka.com /
agreen@chukkacaribbean.com

Chukka Cove Farms
ATV Safari Tours

Richmond, Llandoverly
Tel: +1-876-972-2506 / 684-9934
Fax: +1-876-972-0814 / 684-9931
E-mail: tmcgibbon@chukkacaribbean.com

Chukka Cove Farms
Horseback Ride & Swim

Richmond, Llandoverly

St. Ann
Mailing Address:
P.O. Box 160
Ocho Rios, St. Ann
Tel: +1-876-972-2506
Fax: +1-876-972-0814

Dolphin Cove

Too Cool
Belmont, St. Ann
Mailing Address:
Box 21
Ocho Rios, St. Ann
Tel: +1-876-974-5335 / 795-0484
Fax: +1-876-974-9208
E-mail: dolphincove@cwjamaica.com

Dunn's River Falls and Park

C/O Sadco
Ocho Rios Commercial Centre
Main Street
Ocho Rios, St. Ann
Mailing Address:
P.O. Box 205
St. Ann
Tel: +1-876-974-4767 / 974-2857
Fax: +1-876-974-5197
E-mail: dunnriver@udcja.com

Green Grotto Caves

Discovery Bay
St. Ann
Mailing Address:
P.O. Box 205
Ocho Rios, St. Ann
Tel: +1-876-974-5051 / 973-2841
Fax: +1-876-974-2731
E-mail: greengrottocave@udcja.com /
stucker@udcja.com

H'evans Scent

Freehill, Bamboo
Lillyfield, St. Ann
Mailing Address:
P.O. Box 4912, Bamboo, St. Ann
Tel: +1-876-955-7021 / 427-4866 /
847-5592

Fax: +1-876-957-5947
E-mail: info@hevansscent.com

Hooves Limited

Seville Heritage Park
Mailing Address:
Shop #5
61 Windsor Road
St. Ann's Bay
Tel: +1-876-972-0905 / 972-0659
Fax: +1-876-972-9204
E-mail: hooves@cwjamaica.com

Island Gully Falls

Clifton Lodge, St. Ann
Tel: +1-876-462-1233 / 917-3180
E-mail: kaceyreid@gmail.com /
waynehinds68@gmail.com

Jimmy Buffet's Margaritaville
Ocho Rios

Island Village Complex
Ocho Rios, St. Ann
Tel: +1-876-795-4643 / 675-8800 /
979-8041
Fax: +1-876-974-8797
E-mail:
jsymyrozum@margaritavillecaribbean.com

Konoko Falls
and Park

Shaw Park Estate
Ocho Rios, St. Ann
Tel: +1-876-622-1712
E-mail: laura.heron@konokofalls.com

Mystic Mountain

Belmont Road
Ocho Rios
St. Ann
Mailing Address:
P.O. Box 259
Ocho Rios, St. Ann
Tel: +1-876-974-3990-1
Fax: +1-876-974-3992
E-mail:
maxpatchen@rainforestbobsledjamaica.com

Sandals Golf and
Country Club

Sandals Golf Course
Upton, Ocho Rios
Mailing Address:
P.O. Box 771
Ocho Rios, St. Ann
Tel: +1-876-975-0119 / 549-5789
Fax: +1-876-975-0180
E-mail: alicia.hamilton@grp.sandalscom

Sunvalley Plantation
Tours and Trails

Crescent, Oracabessa
Mailing Address:
P.O. Box 20
Oracabessa
St. Mary
Tel: +1-876-995-3075
E-mail: sunvalleyjamaica@gmail.com

The River Rapids Adventure

Bengal, St. Ann
Mailing Address:
Braco Estate
Duncans P.O. Box 3
Trelawny
Tel: +1-876-953-2722
Fax: +1-876-953-2727

Turtle River
Falls & Gardens

Eden Bower Road
Ocho Rios, St. Ann
Tel: +1-876-974-8508 / 974-5114
Fax: +1-876-974-7720
E-mail:
turtleriverfallsandgardens@gmail.com

Wata Land

Industry Pen, White River
St. Mary
Mailing Address:
17 Midland Drive
Kingston 10
Tel: +1-876-371-3385 / 568-5247
E-mail: dancorp@flowja.com

MONTEGO BAY

DIESE TROPISCHE STADT AN DER NORDWESTKÜSTE, DIE LIEBEVOLL „MO BAY“ GENANNT WIRD, FASZINIERT DURCH DIE PULSIERENDE DYNAMIK DES ALLTÄGLICHEN LEBENS DER JAMAIKANER.

SECOND CITY

Diese tropische Stadt an der Nordwestküste, die liebevoll „Mo Bay“ genannt wird, fasziniert durch die pulsierende Dynamik des alltäglichen Lebens der Jamaikaner.

In MoBay gibt es einige der schönsten Strände der Insel. Der beliebte Doctor's Cave Beach eignet sich besonders dafür, andere Touristen kennenzulernen, während man sich im warmen Wasser tummelt. Ein weiterer Badeort ist Cornwall Beach.

Tierliebhaber kommen im Süden in nur 40 Minuten von MoBay entfernten Dolphin Cove in Lucea, Hanover, auf ihre Kosten. Wie in Ocho Rios gibt es hier Meeresattraktionen wie Begegnungen mit Delphinen und anderen Meerestieren.

Geschichts- und Legendenliebhaber sollten Bellefield Great House and Gardens besuchen, eine der ältesten Zuckerplantagen auf Jamaika. Das geschichtsträchtige und sagenumwobene Rose Hall Great House bietet einen Ausschnitt aus dem Kolonialleben der Zeit um 1770. Die Legende besagt, dass der Geist von Annie Palmer immer noch im Herrenhaus umgeht.



WUSSTEN SIE SCHON, dass laut der Legende Annie Palmer, die Herrin des Rose Hall Great Houses, Voodoo praktiziert, Sklaven gequält und einen Mord begangen hat, bevor sie getötet wurde?

Die St.-James-Parish-Kirche wurde zwischen 1775 und 1782 in Form eines griechischen Kreuzes errichtet und gilt als eine der schönsten Kirchen auf Jamaika. Das nahe gelegene Good Hope Estate bietet Besichtigungen des Anwesens an, die ganz schön aufregend sein können – z. B. River-Tubing und Zip-Lining – oder auch entspanntere Dinge wie High Tea. Chukka Caribbean Adventures bietet ebenfalls eine große Auswahl an Aktivitäten und Ausflügen an.

Wenn Sie etwas kaufen möchten, finden Sie alles bei The Shoppes in Rose Hall. Half Moon Shopping Village ist ebenfalls einen Besuch wert, und im Craft Market im Stadtzentrum gibt es handgearbeitete Artikel wie Stroh Hüte und Taschen. Im Old Fort Craft Park wird auf 180 konkurrierenden Ständen vielfältiges Kunsthandwerk verkauft.

Andere beliebte Einkaufszentren sind das Stadtzentrum, das Holiday Village Shopping Centre auf der Rose Hall Road; Montego Freeport in der Nähe der Seebrücke und das neue Whitter Village in Ironshore. Der Harbour Street Craft Market hat die preisgünstigsten Erinnerungsstücke aus Jamaika. ■



From top to bottom: J. Kevin Foltz; Hilton Rose Hall

Clockwise from left: JTB; Hilton Rose Hall; Sean Murray

Doctor's Cave Beach



ALLE STRÄNDE VON JAMAICA HABEN DAS ZEUG, AUF EINER POSTKARTE ZU ERSCHEINEN. TRAVEL+LEISURE BEZEICHNET DEN DOCTOR'S CAVE BEACH JEDOCH ALS EINEN DER BESTEN STRÄNDE DER INSEL.

WUSTEN SIE SCHON,

dass ungefähr 40 Minuten östlich von Montego Bay die Luminous Lagoon liegt, von der man sagt, dass sie die größte und leuchtendste der biolumineszenten Gewässer der Welt ist?



LOKALE ATTRAKTIONEN

Animal Farm

Copse, Hanover
Mailing Address: P.O. Box 34
Reading, St. James
Tel: +1-876-899-0046
Fax: +1-876-979-8466
E-mail: rastafowl@yahoo.com
Web: homestead.com/animalfarm

Barnett Plantation Tour

Granville, Montego Bay
Mailing Address: P.O. Box +1-876
Montego Bay, St. James
Tel: +1-876-952-2382
Fax: +1-876-601-4730
E-mail: info@bellefieldgreathouse.com

Braco Stables

Braco, Duncans, P.O. 3, Trelawny
Tel: +1-876-954-0185 / 954-0186
Fax: +1-876-954-0434
E-mail: bracostables@cwjamaica.com

BWN Holdings

9 Kent Avenue, Montego Bay, St. James
Mailing Address: 34 Queens Drive
Montego Bay, St. James
Tel: +1-876-620-7740

Cinnamon Hill Golf Club

Mount Zion Road, Rose Hall
Mailing Address: P.O. Box 1
Rose Hall P.O., St. James
Tel: +1-876-953-2984 / 953-3855 / 953-2341
Fax: +1-876-953-2160
E-mail: cinnamonhill@rosehall.com

Chukka Caribbean Adventures Jungle River Tubing and Kayaking

Montpelier Citrus Farm, Hanover
Canopy Tour
Montpelier Citrus Estate, Shettlewood

ATV Safari Sandy Bay

Blue Hole Estate, Sandy Bay

Dune Buggy

Blue Hole Estate, Sandy Bay

Zipline Canopy

Tryall Estate, Spring Farm, Rosehall
Tel: +1-876-684-0034

Adventures Falmouth

Good Hope Trelawny Estate, Trelawny
Mailing Address:
Montego Bay Freeport Centre, Shop #2
P.O. Box 120, Montego Bay #1 P.O.
St. James
Tel: +1-876-952-6699 / 953-6119 /
953-5619 / 684-9934
Fax: +1-876-953-5200 / 953-5245 /
684-9931
E-mail: crichards@chukka.com /
tmcgibbon@chukkacaribbean.com
Web: chukkacaribbean.com

Club Mobay

Sangster International Airport
Montego Bay, St. James
Mailing Address: 2A Hillcrest Avenue
Kingston 6
Tel: +1-876-618-6351 / 618-6352
E-mail: david.hall@vipattractions.com

Croydon in the Mountain

Catadupa, St. James
Mailing Address: P.O. Box 1348
Montego Bay, St. James
Tel: +1-876-979-8267
Fax: +1-876-979-8251
E-mail: croydonplantation@hotmail.com

Doctor's Cave Bathing Club

Gloucester Avenue, Montego Bay
St. James
Mailing Address: Whitesands Beach P.O.
Montego Bay, St. James
Tel: +1-876-953-2319 / 952-1140 / 952-2566
Fax: +1-876-952-1140

Falmouth Outdoor Adventures

Irving Towers Estate
Martha Brae, Falmouth, Trelawny
Tel: +1-876-610-5223 / 436-9230
E-mail: info@paintballjamaica.com

Greenwood Great House

435 Belgrade Avenue,
Greenwood, St. James, P.O. Box 169
Montego Bay, St. James
Tel: +1-876-953-2566 / 953-1077

Fax: +1-876-953-1847
E-mail:
greenwoodgreathouse@cwjamaica.com

Half Moon Equestrian Centre

Half Moon Hotel
Mailing Address: P.O. Box 2502
Half Moon P.O., St. James
Tel: +1-876-953-2286
Fax: +1-876-953-9489
E-mail: r.delisser@cwjamaica.com

Hampden Tours Jamaica

Hampden P.O., Trelawny
Mailing Address: 21 Central Avenue
Kingston 10
Tel: +1-876-926-2211
Fax: +1-876-754-9711
E-mail: hussmore@aol.com

Jamaica Jungle River Promotions

Tweet Side District, Hanover
Mailing Address:
White Sands Beach P.O.
Montego Bay, St. James
Tel: +1-876-402-0354 / 791-8378
E-mail: wplummer02@yahoo.com

Jamaica Zip Line Adventure Tour

Lethe Estate, Hanover
Mailing Address: P.O. Box 7074
Reading, St. James
Tel: +1-876-436-6269 / 940-7394 /
438-4994
Fax: +1-876-912-0936
E-mail: info@zipline-tours.com

Margaritaville Montego Bay

Gloucester Avenue, Montego Bay
Mailing Address: White Sands P.O.
Gloucester Avenue
Montego Bay, St. James
Tel: +1-876-952-4777
Fax: +1-876-979-3197
E-mail:
jamartin@margaritavillecaribbean.com

Montego Bay Arts Council

Montego Bay Box 135, St. James

Tel: +1-876-971-3921 / 940-6402
E-mail:
montegobayculturalcentre@outlook.com

Rastafari Indigenous Village

Port Bello, St. James
Mailing Address: P.O. Box 214
Reading P.O., Montego Bay, St. James
Tel: +1-876-383-9068 / 410-1770 / 436-9230

River Raft

Martha Brae, Trelawny
Mailing Address: P.O. Box 64
Falmouth P.O., Trelawny
Tel: +1-876-952-0889 / 954-5168 / 445-5841
Fax: +1-876-979-7437
E-mail: info@jamaicarafting.com /
j.gour@yahoo.com

Rockspring Cave Exploration

Rockspring, Trelawny
Mailing Address:
3 Grants Office Complex
Albert Town P.O., Trelawny
Tel: +1-876-610-0818
Fax: +1-876-610-1676
E-mail: stea@cwjamaica.com

Rose Hall Great House

Rose Hall, St. James
Mailing Address: P.O. Box #186
Rosehall P.O., St. James
Tel: +1-876-953-2456 / 953-2160 /
953-2323 / 953-9982
Fax: +1-876-953-2160
E-mail: w.sweeney@rosehall.com

Silver Sands Jamaica

The Holms' Irving Tower Estate
Martha Brae, Trelawny
Tel: +1-876-610-5573
Fax: +1-876-610-5574
E-mail: resortscaribbean@cwjamaica.com

The River Bumpkin Farm

Retreat, Trelawny
C/O 5 Kent Avenue, St. James
Tel: +1-876-684-8672
Fax: +1-876-684-8610



NEGRIL

DIE WELTBERÜHMTE
SONNENUNTERGÄNGE
UND EINE ENTSPANNT
ATMOSPHÄRE MACHEN MEHR
AUS NEGRIL ALS NUR EINEN
BEZAUBERNDEN BADEORT.



GELASSENE ATMOSPHÄRE

Seven Mile Beach ist mit Sicherheit nicht der einzige Strand in Negril, der einen Besuch wert ist. Bloody Bay Beach – oft „der andere Strand in Negril“ genannt – ist unter den Einheimischen beliebt und ebenso schön und erholsam.

Der in der Negril Environmental Protection Area gelegene Negril Marine Park ist der Favorit unter allen Naturliebhabern, besonders bei denen, die Meerestiere lieben. Der Park ist in mehrere Erholungsbereiche aufgeteilt und bietet eine einzigartige Möglichkeit, sich einen Eindruck des örtlichen Meeresökosystems zu verschaffen. Der Park erstreckt sich entlang der Küste und schließt die Mangroven, die küstennahe Meeresumwelt und Korallenriffe mit ein.

Die majestätischen Mayfield Falls erwarten Sie etwa eine Stunde entfernt in Westmoreland. Mit 21 natürlichen Wasserbecken und über 52 Farnarten ist dieses abseits der ausgetretenen Pfade liegende Natur-Spa eines der bestgehüteten Geheimnisse von Jamaika. Ein erfahrener Führer begleitet Sie auf Ihrem 45 Minuten dauernden Anstieg durch mineralhaltige Gewässer und weist auf verschiedene Geheimnisse der Fälle hin.

Wasserenthusiasten müssen unbedingt zu den nahe in St. Elizabeth gelegenen YS Falls. Die Fälle dienten Anfang der 1800er Jahre zur Lieferung von Bauholz. 1992 wurden die phantastischen siebenstufigen Wasserfälle für die Allgemeinheit geöffnet. Besucher aus aller Welt erfreuen sich an den seichten Badebecken, die von unterirdischen Quellen gespeist werden.

Holen Sie sich einige Erinnerungsstücke von Ihrem Aufenthalt, bevor Sie Negril verlassen. Vor Ort gefertigtes Kunsthandwerk ist immer eine gute Wahl, und in Negril finden Sie eine Unzahl künstlerischer Gegenstände, die von Kunsthandwerkern an der Strandpromenade oder in den Straßen angeboten werden. Der Kunsthandwerksmarkt unter freiem Himmel im Zentrum der Stadt, der Negril Craft Market, hat alles – von hölzernen Schachspielen und Hängematten bis zu Holzschnitzereien.

Ein guter Ort, wo Sie alles unter einem Dach finden, ist jedoch die Time Square Shopping Mall. Hier können Sie am Ort hergestellte Soßen, Gelees, Kaffee und Snacks kaufen. Andere Einkaufszonen sind Plaza de Negril, Sunshine Village Plaza, Coral Seas Plaza und The Boardwalk Village am Seven Mile Beach.

WUSSTEN SIE SCHON,

dass Negril weltbekannt für sein Nachtleben ist? Ob auf dem Norman Manley Boulevard selbst oder in einem der vielen Klubs, der Beat der Reggaemusik wird Sie in Bewegung halten!





WUSSTEN SIE SCHON,

dass The Boardwalk Village auf Seven Mile Beach ein Einkaufszentrum ist, wo Sie auch einen vergnüglichen Tag mit Schwimmen verbringen können? Hier haben Sie auch viele Möglichkeiten, essen zu gehen.

NEGRIL LIEBT AUF DER WESTSEITE DER INSEL UND IST ANZIEHUNGSPUNKT FÜR VIELE, DIE DIE FANTASTISCHEN SONNENUNTERGÄNGE SEHEN MÖCHTEN.



Max Earle (3)

Zwei Top-Restaurants von Negril sind das Rockhouse Restaurant und das Pushcart Restaurant & Rum Bar. Im Rockhouse Restaurant können Sie die neue karibische Küche probieren – eine leichtere, moderne Interpretation der klassischen karibischen Küche. Bei Pushcart Restaurant & Rum Bar genießen die Gäste die authentische, kräftig gewürzte, schmackhafte jamaikanische Hausmannskost in der für Negril typischen entspannten Atmosphäre.

Ein weiteres bekanntes Lokal ist das Caves Restaurant, wo Sie authentische jamaikanische Küche genießen können, die doch ein wenig anders ist. Verzichten Sie nicht auf die Gelegenheit, den hauseigenen Cocktail, den Cliffhanger, zu probieren, der aus frisch gepresstem Wassermelonensaft, Ingwer und Appleton Rum besteht.

Cosmo's Seafood Restaurant and Bar ist die beste Wahl, wenn Sie am Strand in entspannter Atmosphäre Fisch essen möchten. Auf der Speisekarte stehen die frischsten Shrimps, Hummer und Fisch, innovativ zubereitet und immer exquisit. Sie können drinnen oder draußen sitzen.

Das Highlight des West End von Negril ist das international renommierte Rick's Café. Eine beliebte Beschäftigung bei Rick's ist es, den Klippenspringern zuzusehen oder es selbst zu wagen, sich ins Meer hinabzustürzen.

Ebenfalls im West End ist das Hungry Lion, ein interessantes, farbenfrohes Café mit einer ständig wechselnden Speisekarte, hauptsächlich mit Fischgerichten und vegetarischer Kost wie vegetarischem Shepherd's Pie oder mit Shrimps oder Käse gefüllten Quesadillas.

Nachdem Sie sich mit einem leckeren Essen gestärkt haben, möchten Sie sich vielleicht in das legendäre Nachtleben von Negril begeben. Bars, farbenfrohe Reggae-Kneipen und Nachtclubs finden Sie überall in der Stadt.

Im Jungle Nightclub auf dem belebten Norman Manley Boulevard ist immer etwas los. Es ist der beliebteste Nachtclub von Negril und hier legt der beste DJ der Stadt die neuesten Hits auf. In der Bar Jimmy Buffet's Margaritaville können Sie nach Feierabend auch einen spannenden Abend haben. Im Alfred's Ocean Palace direkt am Strand spielen Reggae-Bands. ■

LOKALE ATTRAKTIONEN

Dolphin Cove

Point, Hanover
Mailing Address:
Norman Manley Blvd.
Negril, Westmoreland
Tel: +1-876-292-3167 / 974-5335
Fax: +1-876-620-4149 / +1-876-974-9208
E-mail: info@dolphincovejamaica.com / thardware@dolphincove.com

Jamwest Motor Sports & Adventure Park

Old Hope, Little London
Westmoreland
Tel: +1-876-381-0872 / 383-2581
E-mail: jamwestadventurepark@yahoo.com

Kool Runnings Adventure Park

Norman Manley Blvd.
Negril, Westmoreland
Mailing Address:
P.O. Box 3475
Negril, Westmoreland
Tel: +1-876-957-5400
Fax: +1-876-957-5947
E-mail: aparchment@koolrunnings.com

Margaritaville Negril

Norman Manley Blvd.
Mailing Address:
Box 2819

Negril, P.O.
Westmoreland
Fontana Pharmacy
Bogue, Montego Bay, St. James
Tel: +1-876-957-9180 / 957-4467
Fax: +1-876-957-4463
E-mail: asutherl@margaritavillecaribbean.com / jsymrozum@margaritavillecaribbean.com
Web: margaritavillecaribbean.com

Negril Hills Golf Club

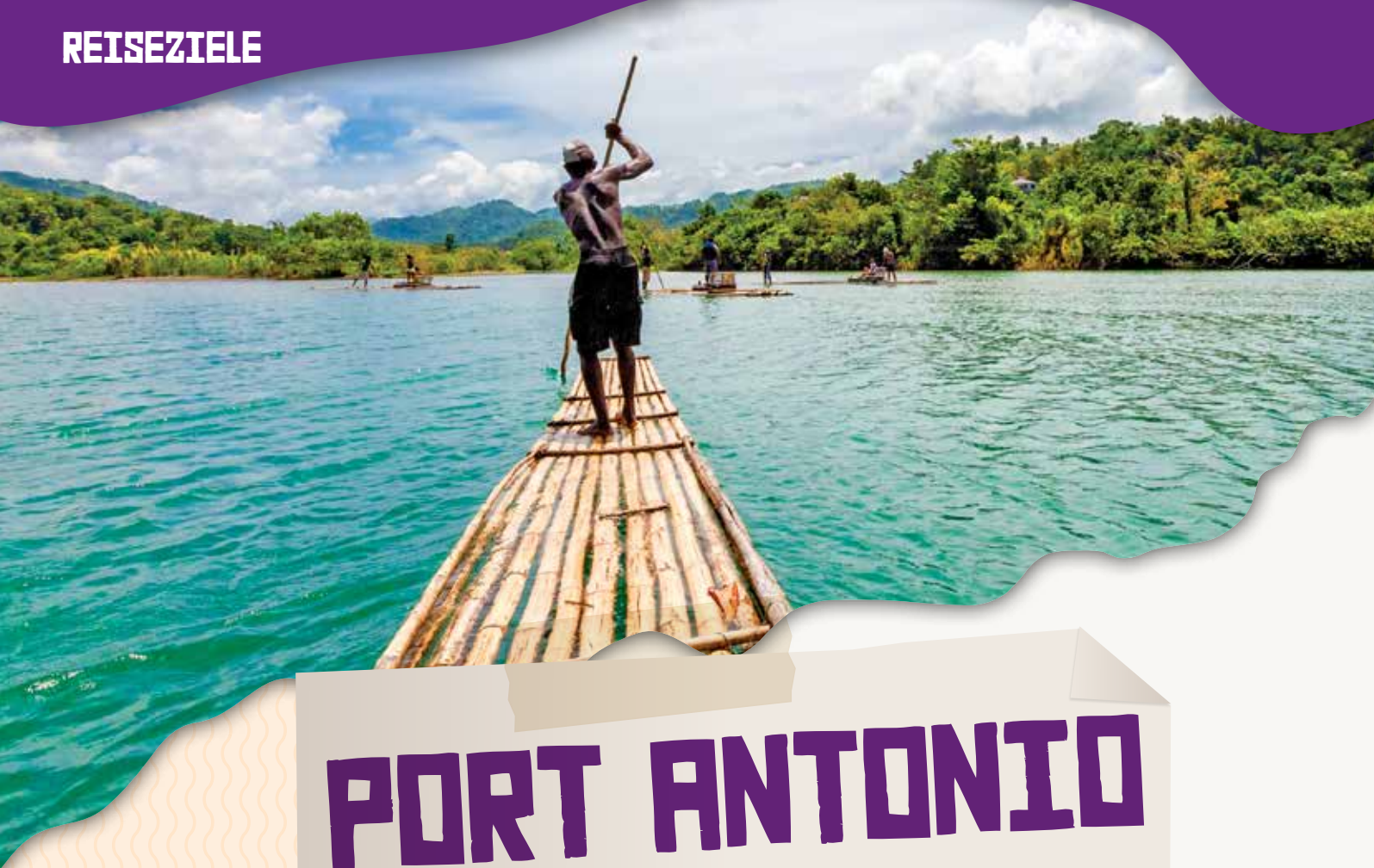
Sheffield, Westmoreland
Mailing Address:
27 Beckford Street
Savanna La Mar, Westmoreland
Tel: +1-876-955-2606 / 957-4638
Fax: +1-876-955-3890
E-mail: sbcsav@cwjamaica.com

Wild Crocodile Adventure and Tours

Bay Road, Westmoreland
Mailing Address:
P.O. Box 113
Savanna La Mar, Westmoreland
Tel: +1-876-955-7021 / 881-6917
Fax: +1-876-957-5947 / +1-876-918-1103
E-mail: wildcrocodile@hotmail.com



Blue Spring Mineral Hole



**PORT ANTONIO ZIEHT
BESUCHER DURCH EINE
SEITE VON JAMAICA AN,
DIE DURCH UND DURCH
AUTHENTISCH IST.**



KLASSISCHES STARLET

„Schöner als alle Frauen, die ich gekannt habe“, sagte Errol Flynn, Hollywood-Legende und einer der berühmtesten Einwohner der Stadt, über Port Antonio. Der verschlafene Ort liegt nur 95 Kilometer von Kingston entfernt und bietet das, was viele Kingstoner suchen: Ruhe und Frieden.

Wasserfälle haben etwas Magisches, und Port Antonio hat zwei der atemberaubendsten der Insel. Reach Falls ist Teil des Driver's River, der in den John Crow Mountains entspringt und auf seiner Reise zum Tal kristallklare Felsenbecken bildet. Das größte Becken diente als Schauplatz für die unvergessene Wasserfallszene im Film Cocktail mit Tom Cruise. Die legenden- und mythenumwobene Blue Lagoon ist die größte aus Quellen gespeiste Lagune der Insel. Eiskaltes Bergquellwasser stürzt aus einer Höhe von fast 55 Metern herab und prallt auf warme Gezeitenströmung, was das Baden darin zu einem mystischen Erlebnis macht.

An der Blue Lagoon können Sie einen sachkundigen River-Rafting-Kapitän anheuern und zum nächsten Portie-Erlebnis aufbrechen: Rafting auf dem Rio Grande. Die Passagiere auf den Bambusflößen haben einen einzigartigen Blick auf die Insel. Sie können sogar bei der Belinda's Riverside Canteen Halt machen und jamaikanische Spezialitäten direkt am Ufer des Flusses genießen.

Am Ufer der ikonischen Frenchman's Cove können Sie dann das einzigartige Zusammentreffen von frischem, mineralquellhaltigem

Sean Murray (3)



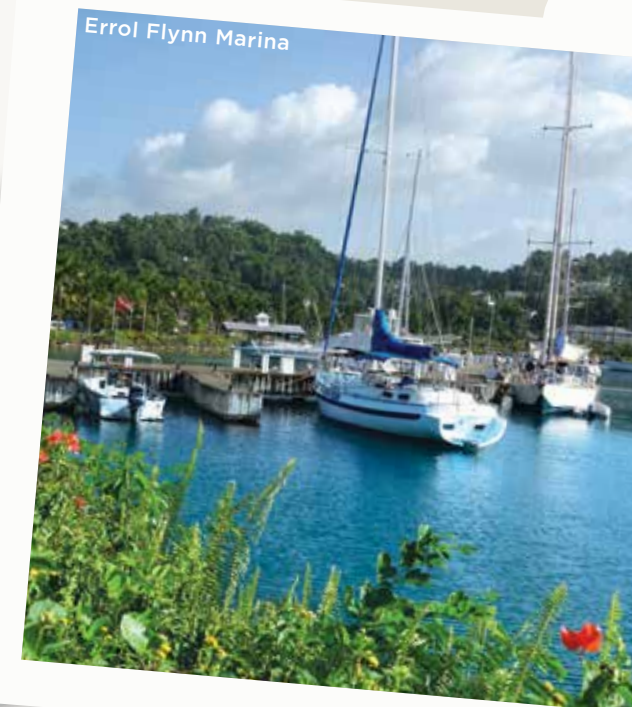
Flusswasser und dem temperierten Meer erleben. Ein „wilderer“ Meereserlebnis haben Sie, wenn Sie an den Winnifred Beach fahren und das Riff in Strandnähe erkunden. Schattenspendende Bäume, weißer Sand und charismatische Imbissverkäufer machen diesen Ort perfekt. In östlicher Richtung liegt der Long Bay Beach, einer der längsten ununterbrochenen Strände der Insel, wo auch Surfer auf ihre Kosten kommen.

In den Heights von Port Antonio können Sie einen Blick in die lokale Geschichte und Kultur der Maroons werfen. Die Maroons sind Nachkommen entfloherer Sklaven, die im 17. Jahrhundert freie Dörfer in unzugänglichen Bergen errichteten. Im Charles Town Museum und im Safu Yard können die Besucher mehr über sie erfahren.

Somerset Falls ist ebenfalls geschichtsträchtig. Hier befinden sich auch die „Hidden Falls“, die nur per Boot erreichbar sind. Die Besucher laufen einen gewundenen Weg entlang durch üppige, tropische Landschaft, bis sie Zeuge werden, wie der Daniels River in ein 20 Meter tiefes Becken hinabstürzt.

Shopping in Port Antonio kann überaus lohnenswert sein, da edler Schmuck und andere hochwertige Modeartikel hier oft zu viel niedrigeren Preisen angeboten werden als anderswo auf der Insel. Die Royal Mall hat zwei Verkaufsebenen und wurde mit Elementen verschiedener architektonischer Stilrichtungen gebaut. Hier finden Sie eine Auswahl an Boutiquen und Läden mit modischer Strandbekleidung, Blue Mountain-Kaffee, hochwertigem Rum, Zigarren, Schmuck und jamaikanischem Kunsthandwerk. Market Square ist im Zentrum der Stadt, wo Sie den Musgrave Market finden. Hier sehen Sie eine feine Auswahl jamaikanischer Produkte, von Holzschnitzereien bis zu handgewebten Strohartikeln.

Halten Sie auch Ausschau nach den Mitgliedern des Rio Grande Valley Craft Co-Ops, einer Organisation von Kunsthandwerkern aus Port Antonio, die ihre handgefertigte Ware in der ganzen Region verkaufen. ■





DIE SÜDKÜSTE

**DIE SÜDKÜSTE
ZEIGT SICH ALS EIN
UNBERÜHRTER LANDSTRICH
VON JAMAICA, DER
WUNDERBAR ABSEITS DER
AUSBETRETENEN PFADE
LIEGT.**



WILDE SCHÖNHEIT

Drei Autostunden vom Flughafen Montego Bay liegt die Südküste, fernab von den Touristenhochburgen der Insel.

Der zehn Kilometer lange Treasure Beach zeichnet sich durch Felsbuchten, schwarzen Sandstrand und abgelegene Badestellen aus, der für seine vier Buchten bekannt ist: Billy's, Calabash, Fort Charles Great und Frenchman's Bay.

Fonthill Beach Park und Wildlife Sanctuary ist ein weiteres natürliches Refugium. Der Park ist ziemlich klein, aber gut ausgelegt. Innerhalb eines größeren Tierschutzgebietes bietet er Besuchern eine Anzahl Annehmlichkeiten wie einen abgetrennten, von Rettungsschwimmern bewachten Badebereich mit Duschen, Umkleidekabinen, Toiletten und Picknicktischen.

YS Falls ist einer der beeindruckendsten Wasserfälle der Insel. Dieser siebenstufige Wasserfall mit einem riesigen seichten Badebecken, das von unterirdischen Quellen gespeist wird, lädt zu verschiedenen Aktivitäten ein, die von einer Canopy-Zip-Line-Tour bis zu einem erfrischenden Bad in Becken mit natürlichem Quellwasser und einem Spaziergang in ausgedehnten tropischen Gärten reichen.

Black River ist ebenfalls eine typische Station auf der Südküstentour. Der zweitlängste Fluss auf Jamaica ist Ausgangspunkt für eine aufregende Flussfahrt durch die jamaikanische Sumpflandschaft.

Besuchen Sie Lover's Leap, ein Ort, der nach einem Sklavenpaar benannt wurde, das so verliebt war, dass es beschloss, gemeinsam in den Tod zu springen, um nicht getrennt zu werden. Eine Holzstatue wacht über der 520 Meter hohen Klippe. Der nahe gelegene Leuchtturm Lover's Leap Lighthouse ist der höchste Leuchtturm der westlichen Hemisphäre.

Fischerei und Landwirtschaft treffen an der Südküste zusammen, wo riesige Agrarflächen bis zum Horizont reichen. St. Elizabeth gilt als die Getreidekammer der Insel. ■

Max Earle (3)



LOKALE ATTRAKTIONEN

Appleton Estate Rum Tour

Appleton Estate, Siloah P.O.
St. Elizabeth
Tel: +1-876-963-9215-7
Fax: +1-876-963-9218
E-mail: nadine.sinclair@gmail.com
Web: jamaicasouthcoast.com / appletonrum.com

Chukka Caribbean Adventures Y.S. Canopy

Y.S. Falls Estate
Middle Quarters, St. Elizabeth
Mailing Address:
Shop #2
Montego Bay Freeport Shopping Centre
Montego Bay, St. James
Tel: +1-876-953-6699
Fax: +1-876-648-9931

Irie Safari

12 High Street
Black River, St. Elizabeth

Mailing Address:

Bamboo, P.O. Box 4912, St. Ann
Tel: +1-876-847-5592 / 965-2466 /
965-2211 / 472-4644 / 535-6484
Web: courtleigh.com

J. Charles Swaby's Black River Safari

1 Crane Road, Black River
P.O. Box 129,
Mandeville, Manchester
Tel: +1-876-965-2513 / 965-2086
Fax: +1-876-965-2086 / 974-7725 /
962-0220
E-mail: jcsafari@hotmail.com

Y.S. Falls

Y.S. Estate
P.O. Box 13, Middle Quarters
St. Elizabeth
Tel: +1-876-534-2454 / 634-2455 /
634-2454 / 997-6360
E-mail: ysfalls@cwjamaica.com



DURCH DAS TROPISCHE KLIMA UND DIE FRUCHTBARE ERDE VERFÜGT JAMAICA ÜBER EIN REICHES VORKOMMEN AN BIOLOGISCH ANGEBAUTEM OBST, GEMÜSE UND WIRKSAMEN KRÄUTERN.

NAHRUNG FÜR DIE SEELE

Die Insel ist ideal dafür, vegetarische Ernährung zu probieren und dabei zu bleiben. Namen wie Veganer oder Vegetarier wurden erfunden, um diejenigen zu definieren, die eine fleischlose Ernährung bevorzugen, auf Jamaika jedoch ist alles einfach „ital“.

Die Rastafari-Bewegung gehört definitiv zur kulturellen Identität von Jamaika und hat einen unbestreitbaren Einfluss auf die regionale Küche. Ital ist ein Wort, das in der Rastafari-Kultur entstand und bedeutet: aus natürlichen Lebensmitteln ohne Salz zubereitetes Essen. Rastafaris setzen sich traditionell für nachhaltiges Leben ein und dafür, die Früchte der eigenen Arbeit zu ernten.

„Da ist etwas Besonderes und Spirituelles, wenn Sie im Laden eines Rastamanns sitzen und zusehen, wie er seinen ital Eintopf für Sie zubereitet“, sagt Keisha McDonald, Mitinhaber von Kushite's Vegetable Cuisine. Sie und ihr Geschäftspartner Kush Tafari gehören zu einer wachsenden Zahl von Unternehmern, die zu einer Veränderung der einheimischen veganen Küche beitragen.

St. Elizabeth ist die Region der Insel, wo am meisten angebaut wird. Das Restaurant Stush in the Bush befindet sich in der Pedro-

Ebene des Bezirks und Lisa und Chris Binns beschreiben das kulinarische Erlebnis dort als „sexy Vegetarismus.“ Ihr Unternehmen ist eine Mischung aus ital Landwirtschaft und einer modernen Liebesgeschichte. Ihr Geschäft paart die „ital“ Landwirtschaft mit einer modernen Liebesgeschichte. Das Paar, das zu Geschäftspartnern geworden ist, bietet vegetarisches Mittag- und Abendessen an sowie Besichtigungen ihrer 70.000 Quadratmeter großen Zionites-Farm in St. Ann. Ihre Leidenschaft für natürliches Leben ohne Genmanipulation drückt sich sowohl in ihrem Sortiment veganerfreundlichen Soßen und Konfitüren der Marke „Stush-in-the-Bush“ als auch in ihren Gourmetgerichten aus. Über 175.000 registrierte Landwirte leben in den 14 Gemeinden von Jamaika. Landwirtschaft ist das Rückgrat der Nation. Daher ist es kein Wunder, dass das Konzept „vom Erzeuger zum Verbraucher“ immer mehr Anhänger findet.

Die Jamaikaner haben Unternehmergeist und verstehen es daher, die steigende Nachfrage nach biologisch angebauten Produkten zu nutzen. Wachstumsschübe auf den Bauernmärkten und Pop-Up-Shop-Events haben eine Plattform für vegane Unternehmer geschaffen. Von Lieferdiensten von zu Hause gekochten Speisen bis zu veganen Backwaren und natürlichen Säften – die Ital-Bewegung breitet sich schnell aus.

Die Besucher von Jamaika haben unzählige Möglichkeiten, in den Naturschätzen des Landes zu schwelgen. ■

Miss T's Kitchen

From top: J. Kevin Foltz, Max Earle





SHOPPING IN JAMAICA BEDEUTET NICHT NUR, TRADITIONELLE SOUVENIRS ZU KAUFEN, SONDERN AUCH HOCHMODERNE DESIGNERMODE.

KUNSTHANDWERK UND MEHR

Jamaika ist die Destination für Strand, Natur, Kultur, Musik und Sonne. Aber während die Besucher Jamaika nicht unbedingt für eine Shoppingdestination halten, so haben Kreativität und Unternehmertum der Kunsthandwerker der Insel Jamaika zum regionalen Shoppingzentrum gemacht.

Von zollfreien Schmuckgeschäften bis zu schicken Boutiquen, Einkaufszentren und Kunsthandwerksmärkten, gibt es Einkaufsmöglichkeiten für jeden Geschmack und Geldbeutel.

„Da jeder immer auf dem Sprung ist und Entscheidungen manchmal ganz spontan getroffen werden, finde ich es viel effizienter, Artikel für den Kauf bereitliegen zu haben“, sagt Janel Jolly, das kreative Talent hinter der tropischen Bademodemarke Jae Jolly, die einen privaten Ausstellungsraum in Kingston betreibt.

Bei „All Things Jamaican“ erhalten Sie alles, was jamaikanisch ist. Das Geschäft arbeitet mit ortsansässigen Kunsthandwerkern zusammen, um ihr Talent und ihre Produkte durch einflussreichere Vertriebskanäle zu fördern. Zu den angebotenen Dienstleistungen zählen Marketing und Verkauf in Ladenketten, auf Messen sowie Marketing und Verkaufsaktionen.

Wenn Sie in Kingston einkaufen, werden Sie feststellen, dass durch verschiedene Boutiquen ein Paradies für Shopper entstanden ist. Die talentierten Designer von Jamaika haben sich überall auf der Insel niedergelassen.

Die Besucher finden hier fast an jeder Straßenecke eine große Auswahl an handgefertigten Kunstgegenständen und Schmuck. Unsere talentierten Kunsthandwerker haben einen Stil und eine Ästhetik, die einzigartig auf der Insel sind, was unsere regional hergestellten Artikel in der ganzen Welt von anderen unterscheidet. Beliebte Orte sind Kunsthandwerksmärkte und Geschenkläden. Durch das Programm „Weihnachten im Juli“ sollen lokale Unternehmen auf einer breiteren Plattform weiter gefördert werden. ■

Sean Murray



NERVENKITZEL

Fragen Sie einen Jamaikaner, und er wird Ihnen sagen, dass dem Volk sowohl ein angenehmes Leben als auch spannende Abenteuer wichtig sind.

Rauem Surfen frönen können Seefahrer in Bull Bay an der Südküste. Abenteuer erleben Sie mit Chukka Caribbean Adventures, deren Tourpakete sowohl Aktivitäten auf dem Land als auch im Wasser beinhalten. Das Beste beider Welten sehen Sie beim Horseback Ride 'N' Swim: erst eine Führung durch eine Zuckerplantage aus dem 18. Jahrhundert und als Höhepunkt ein spritziger Ritt in der karibischen See.

Dolphin Cove gibt es zweimal auf Jamaika — in Ocho Rios und in Lucea, Hanover. In letzterem Ort befindet sich die größte Delphinlagune der Welt.

Montego Bay Marine Park ist ein Spitzenplatz für Wasserabenteuer. Die Resorts in Jamaika bieten ebenfalls zahlreiche Wasseraktivitäten, unter anderem Katamaran- und Glasbodenfahrten, Stand-Up Paddleboarding und Schnorcheln.

Verpassen Sie nicht die auf Jamaika immer zahlreicher werdenden Motorsportwettbewerbe. Rally Jamaica ist die am zweitlängsten laufende internationale Rallye der Karibik und eine der größten Motorsportereignisse der Region. Jamaika bietet darüber hinaus immer mehr Freizeitbeschäftigungen, bei denen Gesundheit und Wellness gefördert werden. Fast jeden Monat können Läufer an Straßenläufen teilnehmen, von 5 bis 13 km oder Halbmarathonläufe.

Auf Jamaika gibt es einige der meistgerühmten Golfplätze der Welt; stellen Sie sich sattgrünen Rasen vor, perfekt gepflegt, mit kristallblauem Wasser als Hintergrund. Golfen wird ein luxuriöses Sporterlebnis im Cinnamon Hills Golf Course und White Witch Golf Course in Rose Hall, Montego Bay oder im Tryall Club in Hanover geboten. ■



Top: Courtesy of Sandals Resorts



**DIE EXZELLENTE
VERANSTALTUNGSORTE
UND PROFESSIONELLEN
VERANSTALTUNGSPLANER
MACHEN AUS JAMAICA EIN
ZENTRUM FÜR EVENTS.**



ZUSAMMENKOMMEN

Jamaika verfügt über gut ausgestattete Konferenz- und Tagungsräumlichkeiten, exzellenten Service und professionelle Veranstaltungsplaner und ist somit bestens für Tagungen, Konferenzen oder andere Events geeignet. Und es sind nicht nur die Einrichtungen, die dies zu einer guten Entscheidung machen. Im Steuerabkommen von 1981 zwischen den USA und Jamaika ist nämlich vorgesehen, dass alle im Rahmen einer auf Jamaika stattfindenden Konferenz oder Tagung entstandenen Kosten von der Steuer abgesetzt werden können.

Kingston ist eine hervorragende Wahl. Das Jamaica Conference Centre im Herzen der Stadt ist der ultimative Veranstaltungsort. Dennoch gibt es in der ganzen Stadt Dutzende anderer Schauplätze für jeden Geschmack und Geldbeutel. Außerdem wird es durch den Reichtum an kulturellen Ereignissen, Naturwundern und das köstliche Essen zu einem absoluten Vergnügen, dort Geschäfte zu machen.

Aber es ist nicht die einzige Stadt, die man in Betracht ziehen sollte. Ocho Rios mit seinen Boutique-Hotels, weitläufigen Resorts, schicken Villen und hübschen Gästehäusern – abgesehen von einer ganzen Reihe

berauschender Exkursionen – ist eine Stadt, in der eine Veranstaltung abzuhalten ein Erlebnis für sich ist.

Ob es ein Firmenmeeting in kleinem Rahmen in einem Strandresort ist oder eine Tagung globaler Bedeutung: Montego Bay ist gut gerüstet, um den Anforderungen selbst anspruchsvollster Klientel gerecht zu werden. Einrichtungen wie das 13.200 qm umfassende, am Meer gelegene Montego Bay Convention Centre bieten Raum für Konferenzen, Ausstellungen, Feste und Plenartagungen sowie modernste Funktionen, die so gut sind, dass hier sogar Veranstaltungen des Internationalen Währungsfonds und des Global Leadership Summit stattfinden.

Negril, die Stadt mit stets cooler und lässiger Atmosphäre, ist vielleicht nicht der erste Ort, an den man denkt, wenn man ein Geschäftsereignis organisiert. Die Ferienhäuser und Strandvillen, die in der ganzen Stadt verteilt zu finden sind, sind bestens für Treffen kleiner Gruppen und Retreats geeignet. Diejenigen, die ein ganz authentisches jamaikanisches Erlebnis haben möchten, können das und mehr im nur 95 Kilometer nördlich von Kingston gelegenen Port Antonio bekommen. Die Südküste der Insel hat die malerischsten Aussichten und inspirierende Legenden und ist damit für Gruppen, die etwas näher am Herzen Jamaikas sein möchten, die ideale Region. ■



Top: Courtesy of Sandals Resorts

From top to bottom: ferrerivideo/Stock; Sean Murray

BANKEN / WÄHRUNG. Lizenzierte Wechselstuben und Geschäftsbanken gibt es in allen Resortgebieten. Da sich der offizielle Wechselkurs täglich ändert, ist es ratsam, nach dem besten Kurs Ausschau zu halten, bevor man Bargeld umtauscht. Die meisten unserer Geldautomaten akzeptieren internationale Bankkarten mit Visa-, MasterCard-, Cirrus- und Plus-Logo. Die Banken geben auch Bargeldvorschüsse auf Kreditkarten, wechseln Reiseschecks und bieten andere finanzielle Dienstleistungen.

KLIMA. Das Klima ist das ganze Jahr über heiß, tropisch und feucht, genau das richtige für einen entspannten Urlaub. Die Temperaturen reichen von 19 bis 32 Grad Celsius. Obwohl unsere Insel für Sonne bekannt ist, haben wir zwei Regenzeiten: von Mai bis Juni und September bis November. Wirbelstürme können zwischen Juni und November durchziehen. Deshalb sollten Sie die Nachrichten im Blick behalten.

KLEIDUNG. Leichte, atmungsaktive Stoffe sind am besten. Shorts, Badesachen und Flip-Flops sind bequeme Optionen. Ein leichter Pullover ist für die Abende angebracht. Mit gehobener legerer Kleidung für Frauen und einem Sakko für Männer erhalten Sie Zutritt zu allen Gourmet-Restaurants. Was Sie auch immer tun: Packen Sie nicht zu viele Sachen ein, denn Sie werden einige unserer besonderen Kleidungsstücke mit nach Hause nehmen wollen.

KOMMUNIKATION. Jamaika ist gut an den Rest der Welt angeschlossen. Sie können überall direkt ins Ausland wählen, 24 Stunden am Tag, und Telefonisten helfen

Ihnen gern bei R-Gesprächen, Anrufen über Dritte oder Anrufen mit Kreditkarte. E-Mail und Internetzugang ist ebenfalls vorhanden, normalerweise in Hotels und Bezirksbüchereien, aber auch in örtlichen Internetcafés. Drei Tageszeitungen und fünf Wochenendzeitungen halten Sie auf dem Laufenden. Einige Hotels und Souvenirgeschäfte bekommen internationale Ausgaben.

AUTO FAHREN. Wir fahren auf der linken Seite der Straße. Die Geschwindigkeitsbegrenzung liegt bei 50 km/h in geschlossenen Ortschaften und 80 km/h auf den Landstraßen. Alle Fahrer müssen einen gültigen Führerschein mitführen. Jamaika erkennt internationale Führerscheine an, aber Besucher aus Nordamerika können den Führerschein ihres Landes bis zu drei Monate pro Besuch benutzen. In den meisten größeren Orten, Städten und Flughäfen können Autos gemietet werden. Sie müssen dazu allerdings mindestens 25 Jahre alt sein.

DROGEN. Der Gebrauch, Verkauf und Besitz von Drogen wie Ganja (Marihuana), Kokain, Crack, Ecstasy, Heroin und anderen Drogen ist auf Jamaika illegal. Personen, die gegen diese Gesetze verstoßen, drohen Haft-, Geld- und Freiheitsstrafen. Verderben Sie sich Ihren Urlaub nicht.

ELEKTRIZITÄT. Die Standardspannung in Jamaika ist 110 V/50 Hz. Elektrische Geräte haben Flachstecker mit 2 Kontakten (wie in den USA und Kanada). Bringen Sie Adapter oder Trafos mit, falls nötig. In den meisten Hotels stehen Fön, Wecker, Radio und Bügeleisen zur Verfügung. Fragen Sie aber am bestem vor Ankunft nach.

SPRACHE. Offiziell sprechen wir Englisch, aber wir spicken die Sprache ein bisschen mit der hiesigen Inselmundart. Es dauert etwas, bis man sich daran gewöhnt hat, aber es macht Ihnen bestimmt Spaß, einige Ausdrücke zu übernehmen.

HAUSTIERE. Wir lieben Tiere hier auf der Insel, aber die Tiere, die Sie auf Ihrer Reise begleiten, müssen gesund sein. Gemäß internationalen Standards ist eine Einfuhrerlaubnis für alle lebenden Tiere vor Einreise von der Behörde für Veterinärleistungen (Veterinary Services Division) des Landwirtschaftsministeriums erforderlich. Alle Tiere müssen tollwutfrei sein und dürfen noch nie eine Tollwutimpfung erhalten haben. Hunde und Katzen (mit Genehmigung) dürfen nur aus Großbritannien, Nordirland und Irland mitgebracht werden. Weitere Information erhalten Sie bei der Veterinary Services Division unter +1-876-977-2489 oder +1-876-977-2492. Zur Beantragung einer Genehmigung faxen Sie bitte einen entsprechenden Brief an +1-876-977-0885.

ZEITZONE. Jamaika liegt in der Ostküstenzeitzone (UTC/GMT -5 Std.) und es gibt keine Sommerzeitumstellung. Die Insel befindet sich ca. 18 Grad nördlich vom Äquator und liegt in den Tropen. Es gibt daher keine drastischen jahreszeitlichen Änderungen, was Sonnenauf- und untergang betrifft. Das ganze Jahr über scheint die Sonne im Durchschnitt zwischen 11,5 und 12,5 Stunden am Tag.

WASSER. Jamaika hat Hunderte von natürlichen Quellen und Flüssen, sowohl über- als auch unterirdisch. Es wurden über Jahre in ganz Jamaika ausgedehnte Wasseraufbereitungs- und

versorgungssysteme installiert, sodass alles Trinkwasser auf Jamaika mit modernen Methoden gereinigt und gefiltert ist. Falls Sie das Wasser nicht trinken möchten, ist das kein Problem, denn in den meisten Geschäften und Restaurants gibt es viele jamaikanische Mineralwassermarken, deren Qualität den höchsten internationalen Standards entspricht oder sogar übersteigt.

WEISE WÖRTE
Egal, wohin Sie in der Welt fahren: Es ist wichtig, die Zeitung zu lesen, sicher zu reisen und in Gruppen zu reisen, wenn Sie nicht genau wissen, wo Sie hinfahren und immer Ihre Sachen im Auge zu behalten. Hier sind ein paar Tipps, um Ihren Urlaub sicher und unterhaltsam zu gestalten.

- Versichern Sie sich, dass Sie mit einem gültigen Pass oder Visum (falls erforderlich) reisen. Nehmen Sie ebenfalls einen anderen gültigen Ausweis mit Foto mit, sowie Fotokopien von beiden Ausweisen, falls Sie sie verlieren oder sie gestohlen werden.
- Informieren Sie sich über die örtlichen Gesetze und Gewohnheiten, bevor Sie ankommen.
- Geben Sie Freunden und Familie Ihre Kontaktinformationen und ihre Reiseroute.
- Melden Sie sich vor Ihrer Reise bei der Botschaft oder dem Konsulat Ihres Landes. Ihr Land weiß dann Bescheid, wo Sie sich aufhalten, falls ein Notfall eintritt.
- Halten Sie Ihr Gepäck, Handtasche oder Rucksack immer in Sichtweite.
- Halten Sie Ihre Besitzstücke eng am Körper.
- Laufen Sie nicht mit großen Bargeldmengen herum.
- Nehmen Sie bei Autofahrten oder Ausflügen keinen teuren Schmuck oder Wertgegenstände mit.

JANUAR

Accompong Maroon Festival
Accompong, St. Elizabeth

Bacchanal / Jamaica Carnival
Kingston; bacchanaljamaica.com

Rebel Salute
St. Ann; rebelsaluteprod.com

FEBRUAR

Official Reggae Month
jariajamaica.com

Bob Marley Birthday Bash
Negril

Rainforest Seafood Festival
Montego Bay
rainforestseafoods.com

Jamaica Fat Tyre Festival
Ocho Rios; islandoutpost.com

Blue Mountain Music Festival
Kingston; bombrushrecords.com

Fi Wi Sinting
Portland; fiwisinting.com

MÄRZ

Bacchanal / Jamaica Carnival
Kingston
bacchanaljamaica.com

JAMFEST Spring Break Concert Series
Negril; ststravel.org

Kingston City Run
Kingston; kingstonscityrun.com

ISSA Boys & Girls Champs
Kingston; issasports.com

Royal Jamaica Yacht Club Spring Tournament
Kingston; rjyc.org.jm

MoBay Yacht Club Easter Regatta
Montego Bay; mobayyachtclub.com

APRIL
Tennis Events in Jamaica
Montego Bay; itftennis.com

Jamaica International Kite Festival
St. Ann

Treasure Beach Jake's Off-Road Triathlon
St. Elizabeth
jakeshotel.com/triathlon2017

MAI

Jamaica Product Exchange (JAPEX)
Montego Bay; visitjamaica.com

Jamaica Observer Food Awards
Kingston
jamaicaobserver.com/foodawards

MoBay City Run
Montego Bay; mobaycityrun.com

Style Week Jamaica / Fashion Block
Kingston; saintmodels.com

One World Ska & RockSteady Music Festival
Sabina Park, Kingston

JUNI
Caribbean Fashion Week
Kingston
caribbeanfashionweek.com

Kingston on the Edge (KOTE) Urban Art Festival
Kingston; kingstonontheedge.org

RuJohn Foundation Celebrity Sports Camp
Montego Bay
rujohnfoundation.com

Kingston Kitchen
Kingston; kingstonkitchenja.com

JULI
International Reggae Day
ireggaeday.com

Portland Jerk Festival
Folly Oval, Portland
portlandjerkfestival.com

Little Ochi Seafood Carnival
Alligator Pond, Manchester
littleochie.com

Reggae Sumfest
Montego Bay; reggaesumfest.com

Makka Pro Surf Contest
St. Thomas; jamsurfas.webs.com

The Seville Emancipation Jubilee
Seville Heritage Park, St. Ann

AUGUST

Montego Bay Jerk Festival
Montego Bay
montegobayjerkfestival.com

SEPTEMBER

Jamaica Bridal Expo
Montego Bay Convention Centre
jamaicabridalexpo.com

Race for Hope 5K
Hope Gardens, Kingston
runningeventsja.com

OKTOBER

All Jamaica Grill Off
Kingston

Port Antonio International Marlin Tournament
Portland
thmarineportantonio.com

Soul in the Sun
Montego Bay; soulinthesunlive.com

Merritone Homecoming & Reunion
Kingston and Montego Bay
merritonemusic.com

Fashion Showcase Weekend
Montego Bay; myoceanstyle.com

South Coast Hook & Line Canoe Tournament
Treasure Beach, St. Elizabeth

NOVEMBER

Annie's Revenge Golf Tournament
Montego Bay; jamaicaproam.com

Restaurant Week
Kingston, Montego Bay, Ocho Rios
go-jamaica.com/rw

Misty Bliss
Kingston; jcdt.org

DEZEMBER

JMMC All Stages Rally
Bog Walk to New Kingston
jamaicamotorsports.com

Reggae Marathon
Negril; reggaemarathon.com

Major Lazer & Friends
Kingston; maineventjamaica.com

Milk River Seafood & Jerk Festival
Clarendon; sdc.gov.jm

LTM National Pantomime
Kingston
ltmpantomime.com

Harbour Fest and Fireworks on the Waterfront
Kingston

Mehr Information über das
Fremdenverkehrsamt von Jamaika (Jamaica
Tourist Board) erhalten Sie bei visitjamaica.com
oder rufen Sie das Fremdenverkehrsamt in Ihrer
Nähe an.

JAMAICA

Kingston

+1-876-929-9200

information@visitjamaica.com

Montego Bay

+1-876-952-4425

information@visitjamaica.com

Jamaikatour

Individualreisen

34131 Kassel / Germany
Tel. 0561 - 70 56 25 82
Mobil 0157 - 51 82 74 61

info@jamaikatour.de
www.jamaikatour.de