

## Inhoud

---

<b>Koningin van de Antillen</b> .....	8
<b>Cuba als reisbestemming</b> .....	10
<b>Uw reis plannen</b> .....	13
<b>Tips voor rondreizen</b> .....	16

---

## Land, volk en cultuur

Cuba in het kort .....	20
Natuur en milieu .....	22
Economie, maatschappij en politiek .....	32
Geschiedenis .....	49
Jaartallen .....	64
Maatschappij en dagelijks leven .....	66
Muziek, literatuur en kunst .....	87

---

## Reisinformatie

Reis en vervoer .....	108
Accommodatie .....	116
Eten en drinken .....	120
Sport en activiteiten .....	124
Feesten en evenementen .....	127
Praktische informatie van A tot Z .....	130

---

## Onderweg

### Hoofdstuk 1 – Havana en de Archipiélago de los Canarreos

<b>In een oogopslag: Havana en de Archipiélago de los Canarreos</b> .....	150
<b>Havana</b> .....	152
Geschiedenis .....	152
Habana Vieja .....	160
Rondom de Prado .....	181
Centro Habana .....	184



De Havenvestingen .....	188
Malecón .....	188
Vedado .....	190
Miramar, Playa, Marina Hemingway .....	195
<b>Actief:</b> Kroegentocht in Habana Vieja .....	206
<b>Actief:</b> Met de Hersheytrein van Havana naar Matanzas .....	210
<b>Omgeving van Havana</b> .....	<b>211</b>
Ten zuiden van het centrum .....	211
De oostzijde van de Bahía de La Habana .....	212
Aan de Playas del Este .....	213
Richting Matanzas .....	216
<b>Archipiélago de los Canarreos</b> .....	<b>218</b>
Isla de la Juventud .....	218
Cayo Largo .....	222

## Hoofdstuk 2 – West-Cuba

<b>In een oogopslag: West-Cuba</b> .....	<b>226</b>
<b>Van Havana naar Pinar del Río</b> .....	<b>228</b>
Las Terrazas .....	228
<b>Actief:</b> Wandelen in het natuurpark Las Terrazas .....	230
Soroa .....	232
San Diego de los Baños en omgeving .....	233
<b>Pinar del Río</b> .....	<b>237</b>
Geschiedenis .....	237
Bezienswaardigheden .....	237
<b>Valle de Viñales</b> .....	<b>244</b>
Viñales .....	244
De omgeving van Viñales .....	247
<b>Actief:</b> Fietstocht door tabaksland .....	252
Cayo Levisa en Cayo Paraíso .....	255
Cayo Jutías .....	255
Verder naar María La Gorda .....	256
<b>Vuelta Abajo en Península de Guanahacabibes</b> .....	<b>257</b>
Vuelta Abajo .....	257
Op de zuidwestelijke punt van Cuba .....	257
Península de Guanahacabibes .....	258



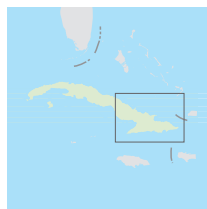
## Hoofdstuk 3 – Midden-Cuba

<b>In een oogopslag: Midden-Cuba</b> .....	262
<b>De provincie Matanzas</b> .....	264
Matanzas .....	265
Varadero .....	271
Cárdenas .....	278
Península de Zapata .....	280
<b>Actief:</b> Vogels kijken in het Gran Parque Natural Montemar .....	282
<b>Cienfuegos en omgeving</b> .....	287
Cienfuegos .....	287
De omgeving van Cienfuegos .....	296
<b>Trinidad en de provincie Sancti Spiritus</b> .....	299
Trinidad .....	299
<b>Actief:</b> Muziekscene van Trinidad – nachtelijke kroegentocht .....	307
De omgeving van Trinidad .....	309
Topes de Collantes .....	310
<b>Actief:</b> Wandelen in natuurreservaat Topes de Collantes .....	311
Valle de los Ingenios .....	313
Sancti Spiritus .....	317
<b>Provincie Villa Clara</b> .....	322
Santa Clara .....	322
<b>Actief:</b> In het spoor van Che .....	324
Lago Hanabanilla .....	330
Remedios .....	331
Caibarién .....	335
Cayo Las Brujas, Cayo Santa María .....	336
<b>Provincie Ciego de Ávila</b> .....	338
Geschiedenis .....	338
Ciego de Ávila .....	338
Archipiélago Jardines de la Reina .....	341
Morón .....	342
De omgeving van Morón .....	345
Cayo Coco en Cayo Guillermo .....	347
<b>Camagüey en provincie</b> .....	350
Camagüey .....	350
De provincie Camagüey .....	361
<b>Provincie Las Tunas</b> .....	365
Las Tunas .....	365
De noordkust .....	368



## Hoofdstuk 4 – Oost-Cuba

<b>In een oogopslag: Oost-Cuba</b> .....	372
<b>Holguín en provincie</b> .....	374
Holguín .....	374
Gibara .....	381
Bahía de Bariay .....	387
Guardalavaca en omgeving .....	388
Banes .....	392
Langs de noordkust naar Baracoa .....	393
<b>Actief:</b> Te voet naar het Balcón de Iberia in het Parque Nacional Alejandro de Humboldt .....	396
<b>Bayamo en de provincie Granma</b> .....	398
Bayamo .....	398
Parque Nacional Turquino .....	404
<b>Actief:</b> Beklimming van de Pico Turquino .....	406
Manzanillo .....	407
Sitio Histórico La Demajagua .....	409
Parque Nacional Desembarco del Granma .....	409
Niquero .....	410
De kustweg naar Santiago .....	410
Van Bayamo naar Santiago .....	412
<b>Santiago de Cuba en omgeving</b> .....	414
Santiago de Cuba .....	414
<b>Actief:</b> Wandeling door El Tivoli .....	421
Uitstapjes in de omgeving .....	431
<b>De provincie Guantánamo</b> .....	436
Guantánamo .....	436
Van Guantánamo naar Baracoa .....	441
Baracoa .....	443
De omgeving van Baracoa .....	452
<b>Actief:</b> Boottocht op de Río Toa .....	453
<b>Culinaire woordenlijst</b> .....	454
<b>Woordenlijst</b> .....	456
<b>Register</b> .....	458
<b>Fotoverantwoording/colofon</b> .....	464



---

# Thema's

Tabak en suiker – een Cubaans dispuut .....	24
Milieubescherming en milieuproblemen .....	30
Het trauma van de jaren 90. ....	34
Schets van de Cubaanse economie .....	37
José Martí – Cuba's nationale held .....	54
Fidel Castro .....	59
Zwart zelfbewustzijn .....	69
Als de goden dansen – een santeríabijeenkomst .....	72
Bezoek aan de babalawo .....	76
Batá – trommels die eten .....	82
Het Casa de la Trova – een huis voor trovadores .....	90
Havana literair .....	156
Scènes uit de provincie .....	234
Tabak – uit de historie .....	242
Benny Moré – de grootste sonero aller tijden .....	297
Het leven in de slavenbarakken .....	316
Ernesto 'Che' Guevara .....	328
De Fransen, de tumba francesa en het carnaval .....	416
'Guantanamera' – hoe een hit ontstaat .....	438
Caribische lekkernijen in Baracoa .....	449

---

## Alle kaarten in een oogopslag

### **In een oogopslag: Havana en de Archipiélago de los**

<b>Canarreos</b> .....	151
Havana overzichtskaart .....	161
Habana Vieja .....	164
Havana met Centro Habana .....	186
Vedado .....	192
Miramar en Playa .....	196
Playas del Este .....	216

### **In een oogopslag: West-Cuba** ..... 227 |

Wandelen in het natuurpark Las Terrazas .....	230
Pinar del Río .....	238
Valle de Viñales .....	246

### **In een oogopslag: Midden-Cuba** ..... 263 |

Matanzas .....	266
Varadero .....	276
Cienfuegos .....	290
Trinidad .....	302

---

Wandelen in natuurreservaat Topes de Collantes .....	311
Sancti Spíritus .....	318
Santa Clara .....	326
Remedios .....	334
Ciego de Ávila .....	340
Morón .....	343
Camagüey .....	352
Las Tunas .....	367
<b>In een oogopslag: Oost-Cuba .....</b>	<b>373</b>
Holguín .....	376
Gibara .....	384
Bayamo .....	400
Beklimming van de Pico Turquino .....	406
Santiago de Cuba .....	422
Guantánamo .....	437
Baracoa .....	446



### Ontspannen sfeer in Centro Habana



**Kroegentocht in Habana Vieja:** In Habana Vieja rijgen de bars zich aaneen en uit bijna ieder etablissement dringen aanlokkelijke klanken naar buiten. Een avondwandeling door de koloniale straatjes roept een groot verlangen op naar de bijbehorende sfeer en de twee levenselixers van Cuba: muziek en rum (zie blz. 206).

**Met de Hersheytrein van Havana naar Matanzas:** Heel landelijk gaat het toe in de enige geëlektrificeerde trein van Cuba, die aan het begin van de 20e eeuw een van de grootste suikerrietplantages van het eiland bediende – een rit met deze oldtimer vereist wel wat uithoudingsvermogen, maar is tegelijk een onvergetelijke ervaring (zie blz. 210).

