

# Mongolei

## Übersicht

|                                                    |    |
|----------------------------------------------------|----|
| Eckdaten des Landes .....                          | 1  |
| Allgemeine Informationen .....                     | 1  |
| Einreise- und Einfuhrbestimmungen .....            | 6  |
| Transport .....                                    | 7  |
| Sicherheitssituation .....                         | 8  |
| Gesundheitstipps .....                             | 9  |
| Medikamente .....                                  | 11 |
| Umweltsituation .....                              | 12 |
| Tierwelt .....                                     | 12 |
| Klima .....                                        | 12 |
| Kontaktadressen .....                              | 13 |
| Diplomatische Vertretungen & Auskunftstellen ..... | 15 |
| Internetlinks .....                                | 15 |

## Eckdaten des Landes

|                 |                                                    |
|-----------------|----------------------------------------------------|
| Kontinent:      | Asien                                              |
| Hauptstadt:     | Ulaanbaatar (Ulan Bator)                           |
| Amtssprache:    | Mongolisch                                         |
| Währung:        | Mongolischer Tögrög (MNT)                          |
| Zeitdifferenz:  | +7 Stunden (Winterzeit)<br>+6 Stunden (Sommerzeit) |
| Flugzeit:       | ca. 9-15 Stunden (je nach Verbindung)              |
| Telefonvorwahl: | +976                                               |



## Allgemeine Informationen

### Wirtschaftlicher Entwicklungsstand

Die Mongolei zählt zu den aufstrebenden Volkswirtschaften Zentralasiens. Das Land verfügt über bedeutende Rohstoffvorkommen, insbesondere von Kupfer, Gold, Kohle und Seltenen Erden, die einen wichtigen Beitrag zur Wirtschaft leisten. Daneben spielen die traditionelle Viehzucht, die Landwirtschaft sowie der Tourismus eine zunehmend wichtige Rolle.

Ein großer Teil der Bevölkerung lebt noch immer von der nomadischen oder halbnomadischen Viehwirtschaft. Schaf-, Ziegen-, Kuh-, Pferde-, Yak- und Kamelhaltung prägen das Leben in den weiten Steppen des Landes bis heute. Gleichzeitig entwickelt sich die Hauptstadt Ulaanbaatar zunehmend zum wirtschaftlichen und kulturellen Zentrum der Mongolei. Trotz des wirtschaftlichen Wachstums bestehen weiterhin Unterschiede zwischen der urbanen und der ländlichen Bevölkerung. In den vergangenen Jahren wurde verstärkt in Infrastruktur, Bildung und nachhaltigen Tourismus investiert.

### Geografische Lage

Die Mongolei liegt in Zentralasien und grenzt im Norden an Russland sowie im Süden an China. Mit einer Fläche von rund 1,56 Millionen Quadratkilometern gehört sie zu den größten Flächenstaaten der Welt, zählt jedoch gleichzeitig zu den am dünnsten besiedelten Ländern. Die endlosen Weiten, die unberührte Natur und der weite Horizont machen den besonderen Reiz des Landes aus. Die Landschaft der Mongolei ist außergewöhnlich abwechslungsreich. Im Süden erstreckt sich die berühmte Wüste Gobi mit ihren Sanddünen, Felsformationen und weiten Halbwüsten. Das Landesinnere wird von ausgedehnten Steppen geprägt, die seit Jahrhunderten von Nomaden mit ihren Viehherden genutzt werden. Im Westen und Norden erheben sich die Gebirgszüge des Altai und des Changai-Gebirges mit schneebedeckten Gipfeln, klaren Bergseen und tiefen Tälern. Im Norden finden sich zudem dichte Wälder und der kristallklare Hövsgöl-See, der aufgrund seiner Wasserqualität oft als „Blaue Perle der Mongolei“ bezeichnet wird.

Die Mongolei lässt sich in mehrere landschaftliche Regionen unterteilen:

- **Die Zentralmongolei** bildet das kulturelle Herz des Landes. Hier befinden sich die Hauptstadt Ulaanbaatar, das historische Orchon-Tal sowie Karakorum, die ehemalige Hauptstadt des Mongolenreiches.
- **Die Wüste Gobi** im Süden zählt zu den bekanntesten Naturregionen des Landes. Sie beeindruckt mit riesigen Sanddünen, spektakulären Felslandschaften, tiefen Schluchten und einer einzigartigen Tier- und Pflanzenwelt.
- **Der Westen und Norden** sind geprägt von imposanten Gebirgen, klaren Flüssen und Seen sowie einer weitgehend unberührten Natur. Diese Regionen eignen sich besonders für Wanderungen, Tierbeobachtungen und Begegnungen mit den verschiedenen ethnischen Gruppen der Mongolei.

Die Kombination aus weiten Steppen, beeindruckenden Berglandschaften, Wüsten und der traditionellen nomadischen Lebensweise macht die Mongolei zu einem einzigartigen Reiseziel für Natur- und Kulturinteressierte.

### Geschichte

Die Geschichte der Mongolei ist eng mit dem Mongolenreich und seinem berühmtesten Herrscher Dschingis Khan verbunden. Anfang des 13. Jahrhunderts vereinte Dschingis Khan die nomadischen Stämme der Region und schuf eines der größten zusammenhängenden Reiche der Weltgeschichte. Das Mongolenreich erstreckte sich zeitweise von Osteuropa bis an die Pazifikküste und förderte den Handel sowie den kulturellen Austausch entlang der Seidenstraße.

Nach dem Zerfall des Reiches blieb die Mongolei über Jahrhunderte von nomadischer Viehzucht und regionalen Machtkämpfen geprägt. Im 17. Jahrhundert geriet das Land unter die Herrschaft der Qing-Dynastie. Erst im Jahr 1921 erklärte die Mongolei mit Unterstützung der Sowjetunion ihre Unabhängigkeit. In den folgenden Jahrzehnten entwickelte sie sich zur Mongolischen Volksrepublik mit sozialistischem Regierungssystem.

Seit der friedlichen demokratischen Revolution im Jahr 1990 ist die Mongolei eine parlamentarische Demokratie mit einer freien Marktwirtschaft. Heute verbindet das Land seine jahrtausendalten nomadischen Traditionen mit einer modernen Gesellschaft und gilt als eines der ursprünglichsten Reiseziele Asiens.

### Bevölkerung

Die Mongolei zählt rund 3,5 Millionen Einwohner und gehört damit zu den am dünnsten besiedelten Ländern der Welt. Etwa die Hälfte der Bevölkerung lebt in der Hauptstadt Ulaanbaatar, während große Teile des Landes nur sehr dünn besiedelt sind. Den größten Bevölkerungsanteil stellen die Khalkha-Mongolen. Daneben leben verschiedene ethnische Minderheiten im Land, darunter Kasachen im Westen sowie Burjaten und weitere Volksgruppen. Noch immer pflegen viele Menschen die traditionelle nomadische oder halbnomadische Lebensweise und ziehen mit ihren Jurten und Viehherden den Jahreszeiten entsprechend durch die Steppe.

### Religion/Feiertage

Die wichtigste Religion der Mongolei ist der tibetische Buddhismus, der das kulturelle Leben des Landes bis heute prägt. Daneben spielen der traditionelle Schamanismus sowie kleinere muslimische und christliche Glaubensgemeinschaften eine Rolle. Besonders im Westen des Landes lebt eine kasachische Minderheit, die überwiegend muslimischen Glaubens ist.

Wichtige Feiertage in der Mongolei sind unter anderem:

- 1. Januar: Neujahr
- Tsagaan Sar: Mongolisches Neujahrsfest (Datum nach dem Mondkalender)
- Naadam-Fest (11.–13. Juli): Das bedeutendste Nationalfest mit traditionellen Wettkämpfen in den Disziplinen Ringen, Pferderennen und Bogenschießen.
- 26. November: Tag der Republik

Da sich einige Feiertage nach dem Mondkalender richten, ändern sich ihre Termine von Jahr zu Jahr.

### Sprache

Die Amtssprache der Mongolei ist Mongolisch. Sie wird überwiegend in kyrillischer Schrift geschrieben, wobei die traditionelle mongolische Schrift in einigen Bereichen wieder stärker gefördert wird. In Ulaanbaatar sowie in touristischen Regionen sprechen viele Menschen, die im Tourismus arbeiten, zumindest grundlegendes Englisch. Außerhalb der Städte sind Englischkenntnisse jedoch weniger verbreitet. Einige russische Sprachkenntnisse sind ebenfalls noch anzutreffen. Bereits wenige mongolische Begrüßungsformeln werden von den Einheimischen meist sehr geschätzt und erleichtern den Kontakt.

### Küche

Die mongolische Küche ist stark von der traditionellen Lebensweise der Nomaden geprägt und basiert vor allem auf den Produkten der Viehzucht. Fleisch und Milchprodukte spielen daher eine zentrale Rolle in der Ernährung. Besonders häufig werden Lamm, Rind, Ziege, Pferd und Yak verwendet. Auch Milchprodukte wie getrockneter Käse (Aaruul), Joghurt und verschiedene Milchgetränke gehören zum kulinarischen Alltag. Zu den bekanntesten Gerichten zählen Buuz (gedämpfte Teigtaschen mit Fleischfüllung), Khuushuur (frittierte Teigtaschen), Khorkhog (traditionell mit heißen Steinen gegartes Fleischgericht) sowie Tsuivan (gebratene Nudeln mit Fleisch und Gemüse). Ein

besonderes Getränk ist Airag, eine leicht alkoholische vergorene Stutenmilch, die vor allem bei Festen und besonderen Anlässen angeboten wird.

In den Städten wie Ulaanbaatar ist die Küche inzwischen vielfältiger und wird durch internationale Einflüsse ergänzt. Auch vegetarische Gerichte sind in Restaurants zunehmend erhältlich, außerhalb größerer Städte ist die Auswahl jedoch oft eingeschränkter. Während der Reisen durch die Steppe werden häufig traditionelle Gerichte serviert, die einen authentischen Einblick in die mongolische Lebensweise geben. Bei gemeinsamen Mahlzeiten in Jurten-Camps und bei Begegnungen mit Nomaden steht vor allem die Gastfreundschaft im Mittelpunkt – Gäste werden häufig herzlich bewirtet und zum Probieren lokaler Spezialitäten eingeladen.

### Strom

Die Netzspannung in der Mongolei beträgt 230 Volt bei einer Frequenz von 50 Hertz. Es werden überwiegend Steckdosen der Typen C und E verwendet, die mit deutschen Steckern meist kompatibel sind. Ein Adapter ist daher normalerweise nicht notwendig, kann aber für alle Fälle sinnvoll sein.

In abgelegenen Regionen und Jurten-Camps kann die Stromversorgung eingeschränkt sein. Manche Unterkünfte verfügen nur zu bestimmten Zeiten über Strom oder bieten Lademöglichkeiten in Gemeinschaftsbereichen an. Eine Powerbank für Smartphone, Kamera oder andere elektronische Geräte ist daher empfehlenswert.

### Kleidung/Wäsche

Für eine Mongolei-Reise empfehlen wir Kleidung, die sich flexibel an wechselnde Temperaturen anpassen lässt. Auch im Sommer können die Temperaturen tagsüber stark schwanken und nachts deutlich abkühlen. Besonders geeignet ist Kleidung im Zwiebellook mit atmungsaktiven Schichten, einer warmen Fleecejacke sowie einer wind- und wetterfesten Außenschicht. Für Ausflüge in die Natur und Wanderungen empfehlen wir festes, bequemes Schuhwerk, eine Kopfbedeckung, Sonnenbrille und ausreichend Sonnenschutz. Die Sonne kann in der Mongolei aufgrund der Höhenlage sehr intensiv sein. Ein guter Mückenschutz ist vor allem in der Nähe von Flüssen und Seen in den Sommermonaten sinnvoll. Da viele Reisen durch abgelegene Regionen führen, sollte die Kleidung praktisch und robust sein. In Jurten-Camps gibt es häufig nur einfache Waschmöglichkeiten, weshalb wir empfehlen, ausreichend schnell trocknende Kleidung mitzunehmen. Warme Kleidung für die Abende sowie ein kleiner Tagesrucksack für Ausflüge gehören zur Grundausstattung.

### Währung/Umrechnung

In der Mongolei gilt die Währung Mongolischer Tögrög (MNT). Den aktuellen Wechselkurs können Sie jederzeit online, beispielsweise über Währungsrechner wie [www.oanda.com](http://www.oanda.com), abfragen.

### Bargeld / Umtausch und Geldautomaten

Wir empfehlen, für die ersten Tage etwas Bargeld in Euro sowie mindestens eine internationale Kreditkarte mitzunehmen. In der Mongolei wird überwiegend mit dem Mongolischen Tögrög (MNT) bezahlt. In Ulaanbaatar können Sie Euro oder US-Dollar in Banken und offiziellen Wechselstuben problemlos umtauschen. Auch am internationalen Flughafen in Ulaanbaatar gibt es Wechselmöglichkeiten. Außerhalb der Hauptstadt sind Geldautomaten und Wechselmöglichkeiten deutlich seltener vorhanden. Daher empfehlen wir, vor längeren Aufenthalten in abgelegenen Regionen ausreichend Bargeld abzuheben oder zu tauschen. In größeren Städten können Sie mit internationalen Kreditkarten wie Visa oder Mastercard an vielen Geldautomaten Bargeld abheben. Je nach Bank und Kreditkartenanbieter können dabei Gebühren entstehen. Informieren Sie sich am besten vor der Reise bei Ihrer Bank über mögliche Kosten und stellen Sie sicher, dass Ihre Karte für den Auslandseinsatz freigeschaltet ist. Während der Reise durch die Steppe, Wüste Gobi oder abgelegene Regionen ist Barzahlung die übliche Zahlungsform. Auch in Jurten-Camps und bei kleineren Geschäften wird häufig nur Bargeld akzeptiert. Es empfiehlt sich daher, immer ausreichend Mongolische Tögrög mitzuführen.

### Telefonieren

Die Vorwahl für Ferngespräche aus Deutschland in die Mongolei lautet 00976 bzw. +976. Wenn Sie von der Mongolei nach Deutschland telefonieren möchten, wählen Sie die Vorwahl 0049 bzw. +49. Für längere Aufenthalte oder bei Bedarf an mobilem Internet kann der Kauf einer lokalen SIM-Karte oder eSIM sinnvoll sein. In Ulaanbaatar und größeren Städten ist dies unkompliziert möglich. Bitte beachten Sie jedoch, dass die Mobilfunkabdeckung in abgelegenen Regionen der Mongolei eingeschränkt sein kann.

### Internet/WLAN

In Ulaanbaatar sowie in Hotels, Restaurants und vielen touristischen Einrichtungen ist WLAN weit verbreitet. In abgelegenen Regionen, insbesondere während Aufenthalten in Jurten-Camps und in der Steppe, ist der Internetzugang jedoch nicht immer verfügbar oder nur eingeschränkt möglich. Wer auch unterwegs erreichbar sein möchte, kann eine lokale SIM-Karte oder eSIM nutzen. Die Netzabdeckung ist entlang größerer Verkehrswege meist vorhanden, in entlegenen Gebieten kann es jedoch zu längeren Zeiten ohne Empfang kommen. Eine Offline-Karte für Navigation sowie das Herunterladen wichtiger Informationen vor der Reise sind daher empfehlenswert.

### Trinkgeld

Trinkgeld ist in der Mongolei nicht verpflichtend, wird im Tourismus jedoch zunehmend geschätzt und gilt als Zeichen der Anerkennung für guten Service. Besonders Reiseleiter, Fahrer, Hotelpersonal, Gepäckträger und Mitarbeiter in Jurten-Camps freuen sich über eine kleine Aufmerksamkeit. Bei Gruppenreisen ist es üblich, am Ende der Reise gemeinsam einen angemessenen Betrag für Reiseleiter und Fahrer zu sammeln und gesammelt zu übergeben. So kann das Trinkgeld fair verteilt werden und Sie müssen sich während der Reise nicht um einzelne Situationen kümmern. Die Höhe des Trinkgeldes hängt von der Zufriedenheit mit der Leistung und der Dauer der Reise ab. Ihr Reiseleiter kann Ihnen vor Ort gerne eine Orientierung geben, was in der jeweiligen Situation angemessen ist.

### Mitbringsel

Die Menschen in der Mongolei sind für ihre große Gastfreundschaft bekannt und freuen sich häufig über kleine Aufmerksamkeiten aus der Heimat. Geeignet sind beispielsweise regionale Spezialitäten, Schokolade, Postkarten, kleine Souvenirs oder praktische Kleinigkeiten. Bei Begegnungen mit Nomadenfamilien oder Besuchen in Jurten ist ein kleines Gastgeschenk eine schöne Geste der Wertschätzung. Wenn Sie Kindern etwas schenken möchten, sollten Geschenke möglichst bewusst und nach Absprache mit der Reiseleitung überreicht werden. Direkte Geschenke an bettelnde Kinder können unbeabsichtigt dazu führen, dass Betteln attraktiver erscheint als der Schulbesuch.

Praktische Dinge wie Malutensilien, Stifte oder kleine Bücher können bei gezielten Besuchen, beispielsweise in Schulen oder sozialen Projekten, sinnvoll sein. Am besten stimmen Sie solche Geschenke vorab mit Ihrer Reiseleitung oder lokalen Ansprechpartnern ab.

### Achtung - Fettnäpfchen!

Die Mongolei ist ein sehr gastfreundliches Land, in dem Besucher herzlich empfangen werden. Mit Respekt und Interesse an der lokalen Kultur lassen sich mögliche Missverständnisse leicht vermeiden.

- **Gastfreundschaft:** Die Einladung in eine Jurte oder das Anbieten von Speisen und Getränken ist ein Zeichen großer Wertschätzung. Eine Einladung abzulehnen, kann als unhöflich empfunden werden. Probieren Sie daher nach Möglichkeit angebotene Speisen oder Getränke und bedanken Sie sich für die Gastfreundschaft.
- **Betreten einer Jurte:** Beim Betreten einer traditionellen mongolischen Jurte (Ger) gibt es einige Regeln zu beachten. Treten Sie nicht auf die Türschwelle und bewegen Sie sich im Uhrzeigersinn durch die Jurte. Der hintere Bereich gegenüber dem Eingang gilt als besonderer Ehrenplatz.

- Umgang mit Speisen und Getränken: Milchprodukte wie Airag (vergorene Stutenmilch) oder Tee mit Milch und Salz gehören zur mongolischen Kultur. Auch wenn der Geschmack ungewohnt sein kann, gilt es als höflich, angebotene Speisen oder Getränke respektvoll anzunehmen.
- Fotografieren: Die beeindruckenden Landschaften und das traditionelle Leben der Nomaden bieten viele Fotomotive. Fragen Sie Menschen jedoch immer um Erlaubnis, bevor Sie sie fotografieren – besonders bei Familien, Kindern oder traditionellen Zeremonien.
- Respekt gegenüber religiösen Traditionen: Beim Besuch buddhistischer Klöster und religiöser Stätten sollten Sie sich ruhig und respektvoll verhalten. Achten Sie auf lokale Hinweise und vermeiden Sie es, religiöse Rituale zu stören.
- Pferde und Tiere: Pferde haben in der mongolischen Kultur eine besondere Bedeutung. Fragen Sie vor dem Berühren oder Fotografieren von Tieren immer die Besitzer um Erlaubnis und verhalten Sie sich respektvoll gegenüber den Tieren.
- Kommunikation: Ein freundliches Lächeln und ein respektvoller Umgang werden sehr geschätzt. Einige einfache Worte auf Mongolisch, wie „Sain baina uu“ (Hallo) oder „Bayarlalaa“ (Danke), werden von den Einheimischen meist positiv aufgenommen.

Die Mongolei ist geprägt von jahrtausendealten Traditionen und einer tiefen Verbundenheit mit Natur und Gastfreundschaft. Offenheit, Respekt und Interesse an der Kultur sorgen für besonders schöne Begegnungen während der Reise.

### Einreise- und Einfuhrbestimmungen

Zur Einreise in die Mongolei benötigen Sie einen Reisepass, der noch mindestens sechs Monate über die Einreise hinaus gültig ist. Jeder Reisende – auch Kinder – benötigt ein eigenes gültiges Reisedokument mit Lichtbild. Kindereinträge im Reisepass der Eltern sind nicht mehr gültig und berechtigen nicht zum Grenzübertritt.

### Visum

Deutsche Staatsangehörige benötigen für touristische Aufenthalte in der Mongolei derzeit kein Visum für Aufenthalte bis zu 30 Tagen. Auch Reisende aus Österreich und der Schweiz können unter bestimmten Voraussetzungen visumfrei einreisen. Voraussetzung ist ein gültiger Reisepass mit ausreichender Restgültigkeit. Bitte beachten Sie, dass sich Einreisebestimmungen jederzeit ändern können. Informieren Sie sich daher rechtzeitig vor Reisebeginn über die aktuell geltenden Regelungen bei der zuständigen Botschaft oder den offiziellen Behörden. Bei der Einreise kann die Vorlage eines Rück- oder Weiterflugtickets sowie ein Nachweis über ausreichende finanzielle Mittel verlangt werden.

### Einreise von Minderjährigen

Bitte informieren Sie sich rechtzeitig vor Reisebeginn über die Einreisebestimmungen für Minderjährige. Kinder benötigen grundsätzlich einen eigenen gültigen Reisepass. Alleinreisende Minderjährige sowie Kinder, die nur mit einem Elternteil oder mit abweichenden Nachnamen reisen, sollten eine entsprechende Reisevollmacht beziehungsweise zusätzliche Nachweise der Sorgeberechtigten mitführen. Die Anforderungen können je nach Herkunftsland variieren. Daher empfehlen wir, sich frühzeitig bei den zuständigen Behörden oder der mongolischen Botschaft über die aktuellen Bestimmungen zu informieren.

### Transport

#### Flugzeiten

Sollten Sie einen Flug über uns gebucht haben, beachten Sie bitte, dass sich Flugzeiten nach der Buchung noch ändern können. Die aktuellsten Informationen zu Ihrem Flug erhalten Sie direkt über die Fluggesellschaft, den Online-Flugplan der Airline oder den jeweiligen Abflughafen. Da die Mongolei von Deutschland aus in der Regel nicht direkt angeflogen wird, erfolgen die meisten Verbindungen mit einem Umstieg, beispielsweise über Istanbul, Frankfurt, Seoul oder Peking. Die tatsächliche Reisezeit hängt daher stark von der gewählten Flugverbindung ab.

### Flugüberbuchung

Da Fluggesellschaften ihre Maschinen gelegentlich überbuchen, empfehlen wir, spätestens zwei bis drei Stunden vor Abflug am Flughafen zu sein. So bleibt ausreichend Zeit für Check-in, Gepäckaufgabe und Sicherheitskontrollen.

### Ausreisesteuer

Bei der Ausreise aus der Mongolei fällt aktuell keine separate Flughafen-Ausreisesteuer an, die vor Ort bezahlt werden muss. Eventuelle Gebühren sind in der Regel bereits im Flugticket enthalten. Bitte informieren Sie sich im Zweifel bei der jeweiligen Fluggesellschaft über die aktuell geltenden Regelungen.

### Transitflüge

Bei Transitaufenthalten gelten die jeweiligen Bestimmungen des Transitlandes. Falls Sie während Ihrer Anreise in ein anderes Land umsteigen, informieren Sie sich bitte rechtzeitig über eventuell erforderliche Transitvisa oder Einreisebestimmungen. Dies gilt insbesondere bei längeren Aufenthalten außerhalb des Transitbereichs.

### Rail & Fly

Bei Buchung eines Rail-&-Fly-Tickets sind Sie selbst für Ihre rechtzeitige Anreise zum Flughafen verantwortlich. Bitte planen Sie ausreichend Zeit für mögliche Zugverspätungen oder Umstiege ein.

Aktuelle Fahrplanauskünfte erhalten Sie direkt bei der Deutschen Bahn unter [www.bahn.de](http://www.bahn.de).

### Transfer vor Ort

Auf unseren Mongolei-Reisen erfolgen die Transfers vor Ort mit landestypischen Fahrzeugen und einem erfahrenen Fahrer. Da viele Straßen außerhalb der Städte nicht befestigt sind, werden häufig robuste Fahrzeuge eingesetzt, die für die besonderen Bedingungen des Landes geeignet sind. Je nach Gruppengröße und Reiseverlauf kommen Geländewagen, Minivans oder kleinere Busse zum Einsatz. Die Fahrstrecken können aufgrund der großen Entfernungen und der Straßenverhältnisse teilweise länger dauern. Mit unseren lokalen Fahrern und Reiseleitern sind Sie sicher unterwegs und können die beeindruckenden Landschaften der Mongolei entspannt genießen.

## Sicherheitssituation

### Kriminalität

Die Mongolei gilt insgesamt als ein sicheres und gastfreundliches Reiseland. Gewaltkriminalität gegenüber Touristen ist selten. Wie in vielen Ländern kann es jedoch insbesondere in größeren Städten wie Ulaanbaatar, an belebten Orten, Märkten oder in öffentlichen Verkehrsmitteln zu Kleinkriminalität wie Taschendiebstählen kommen. Gerade in der Hauptstadt sollten Sie auf Ihre persönlichen Gegenstände achten und Wertsachen nicht unbeaufsichtigt lassen. Tragen Sie größere Geldbeträge, Schmuck und technische Geräte möglichst unauffällig und nutzen Sie, wenn vorhanden, den Hotelsafe für wichtige Dokumente und Wertgegenstände.

Außerhalb der Städte, in den weiten Steppen und abgelegenen Regionen, ist die Kriminalitätsgefahr in der Regel sehr gering. Aufgrund der großen Entfernungen und der teilweise schwierigen Infrastruktur ist hier jedoch eine gute Reiseplanung wichtig. Besonders bei individuellen Ausflügen sollten Sie sich über die Gegebenheiten informieren.

und die Empfehlungen Ihrer Reiseleitung beachten. Die Menschen in der Mongolei sind für ihre Offenheit und Gastfreundschaft bekannt. Reisende werden meist herzlich empfangen. Ein respektvoller Umgang mit der Kultur, den Traditionen und der Lebensweise der Nomaden wird sehr geschätzt.

Generell gilt: Seien Sie aufmerksam, bewahren Sie Ihre Wertsachen sicher auf und beachten Sie die Hinweise Ihrer Reiseleitung sowie lokaler Behörden.

### Natürliche Risiken:

Die Mongolei ist aufgrund ihrer geografischen Lage verschiedenen natürlichen Bedingungen ausgesetzt. Zu den möglichen Herausforderungen gehören:

- Extreme Temperaturschwankungen zwischen Tag und Nacht
- Sehr kalte Winter mit starken Schneefällen und schwierigen Verkehrsbedingungen
- Starke Winde und Sandstürme, besonders in der Wüste Gobi
- Überschwemmungen nach starken Regenfällen

Aufgrund des kontinentalen Klimas können sich Wetterbedingungen schnell ändern. Besonders in den Steppen- und Wüstenregionen sind starke Winde, intensive Sonneneinstrahlung und große Temperaturunterschiede möglich. Eine passende Kleidung und ausreichender Sonnenschutz sind daher besonders wichtig. Während der Reise führen die Wege teilweise durch abgelegene Regionen mit wenig Infrastruktur. Unsere Reiseleiter und lokalen Partner kennen die Gegebenheiten vor Ort und berücksichtigen aktuelle Wetter- und Straßenverhältnisse bei der Planung der Tagesabläufe. Wir empfehlen, sich vor und während der Reise über die aktuelle Wetterlage zu informieren und den Empfehlungen der Reiseleitung sowie der lokalen Behörden zu folgen. Mit der richtigen Vorbereitung lässt sich die beeindruckende Natur der Mongolei sicher und entspannt erleben.

Sicherheits- sowie auch Einreise- und Einfuhrbestimmungen werden auf den Internetseiten des Auswärtigen Amts veröffentlicht:

Deutschland: [www.auswaertiges-amt.de](http://www.auswaertiges-amt.de)  
Österreich: [www.bmaa.gv.at](http://www.bmaa.gv.at)  
Schweiz: <http://www.eda.admin.ch/eda/de/home.html>  
Großbritannien: [www.fco.gov.uk/travel](http://www.fco.gov.uk/travel)  
Frankreich: [www.diplomatie.fr/voyageurs](http://www.diplomatie.fr/voyageurs)

### Gesundheitstipps

#### Impfungen

Für die direkte Einreise aus Deutschland, Österreich und der Schweiz sind aktuell keine Pflichtimpfungen für die Mongolei vorgeschrieben. Bei Einreise aus einem Gelbfieber-Infektionsgebiet kann jedoch eine Gelbfieberimpfung verlangt werden.

Als Reiseimpfungen werden für die Mongolei insbesondere empfohlen:

- **Hepatitis A**
- **die in Deutschland empfohlenen Standardimpfungen** (z. B. Tetanus, Diphtherie, Pertussis und Polio)

Achten Sie darauf, dass Ihre Grundimmunisierungen aktuell sind und notwendige Auffrischungen rechtzeitig vor der Reise erfolgen.

Bei längeren Aufenthalten, Reisen in abgelegene Regionen oder engem Kontakt zur Bevölkerung können je nach Reiseart zusätzlich Impfungen gegen Hepatitis B, Typhus oder Tollwut sinnvoll sein. Eine individuelle Beratung durch

einen Hausarzt oder Tropenmediziner ist empfehlenswert, insbesondere wenn Sie besondere Reiseaktivitäten planen.

### Infektionskrankheiten

Bitte informieren Sie sich vor Ihrer Reise über die aktuelle gesundheitliche Situation in der Mongolei, beispielsweise über die Hinweise des Auswärtigen Amtes. Die folgende Übersicht gibt einen allgemeinen Überblick über mögliche gesundheitliche Risiken. Das persönliche Risiko hängt stark von Reiseroute, Jahreszeit, Reisedauer und Reiseart ab.

#### Hepatitis A / Magen-Darm-Infektionen

Die Übertragung erfolgt meist durch verunreinigte Lebensmittel oder Wasser.

- Achten Sie auf sauberes Trinkwasser.
- Essen Sie Speisen möglichst frisch und gut durchgegart.
- Waschen oder desinfizieren Sie regelmäßig Ihre Hände.

Gerade bei Reisen in abgelegene Regionen mit einfachen hygienischen Bedingungen ist es sinnvoll, besonders auf Lebensmittel- und Trinkwasserhygiene zu achten.

#### Tollwut

Tollwut kommt in der Mongolei vor und kann durch Bisse oder Kratzer infizierter Tiere übertragen werden. Besonders Hunde und Wildtiere können ein Risiko darstellen.

- Vermeiden Sie den Kontakt zu unbekannten oder streunenden Tieren.
- Fassen Sie keine verletzten oder kranken Tiere an.
- Bei längeren Aufenthalten, Reisen in abgelegene Regionen oder häufigem Kontakt zu Tieren kann eine Tollwutimpfung sinnvoll sein.

#### Zeckenübertragene Erkrankungen (z. B. FSME)

In einigen Regionen der Mongolei können Zecken vorkommen, die Krankheiten übertragen können. Besonders bei Wanderungen, Reitausflügen oder längeren Aufenthalten in der Natur sollten Sie sich schützen.

- Tragen Sie lange Kleidung bei Aufenthalten im hohen Gras oder Waldgebieten.
- Kontrollieren Sie Ihren Körper nach Aktivitäten in der Natur.
- Nutzen Sie bei Bedarf geeignete Insektenschutzmittel.

#### Tuberkulose

Tuberkulose kommt in der Mongolei vor und stellt insbesondere im Bereich der öffentlichen Gesundheit weiterhin ein Thema dar. Für normale Reisende besteht bei kurzen Aufenthalten jedoch meist nur ein geringes Risiko.

#### Tetanus

Eine Übertragung kann durch verschmutzte Wunden erfolgen.

- Überprüfen Sie vor der Reise, ob Ihre Standardimpfungen aktuell sind.
- Eine gültige Tetanusimpfung ist besonders bei Reisen in abgelegene Regionen empfehlenswert.

### Maßnahmen zur Vermeidung von Krankheiten sind:

### **Schutz vor Mückenstichen und Zecken**

In der Mongolei können insbesondere in den Sommermonaten sowie in feuchten Regionen mit Flüssen und Seen Mücken und andere Insekten auftreten. Bei Aufenthalten in der Natur, Wanderungen oder Reitausflügen kann außerdem ein Schutz vor Zecken sinnvoll sein.

Dazu gehören unter anderem:

- Verwendung von Insektenschutzmittel (Repellent), insbesondere bei Aufenthalten in der Natur
- Tragen von langer, leichter Kleidung bei Wanderungen oder Aufenthalten in hohem Gras
- Geschlossene Schuhe bei Ausflügen in die Natur
- Kontrolle des Körpers und der Kleidung nach Aufenthalten im Freien, insbesondere nach Wanderungen

Ein konsequenter Schutz ist vor allem bei längeren Aufenthalten in abgelegenen Regionen empfehlenswert.

### **Schutz vor Durchfallerkrankungen**

Um Magen-Darm-Erkrankungen vorzubeugen:

- Trinken Sie möglichst abgefülltes oder abgekochtes Wasser, insbesondere außerhalb größerer Städte
- Nutzen Sie sauberes Wasser auch zum Zähneputzen
- Waschen Sie regelmäßig Ihre Hände oder verwenden Sie Desinfektionsmittel
- Achten Sie auf die Hygiene bei Lebensmitteln
- Essen Sie Speisen möglichst frisch zubereitet und gut durchgegart

Gerade bei Reisen in abgelegene Regionen und Übernachtungen in einfachen Unterkünften oder Jurten-Camps ist eine sorgfältige Lebensmittel- und Trinkwasserhygiene wichtig. Als Grundregel gilt: „Schälen, kochen oder vergessen.“ Eine gut ausgestattete Reiseapotheke sollte auf keiner Reise fehlen.

### **Risiken, die von Tieren ausgehen**

#### **Tollwut**

In der Mongolei besteht grundsätzlich ein Risiko durch tollwütige Tiere, insbesondere durch streunende Hunde oder Wildtiere. Begegnungen mit gefährlichen Tieren sind für Reisende jedoch selten.

Vermeiden Sie den direkten Kontakt zu unbekannten Tieren. Fassen Sie keine verletzten oder kranken Tiere an. Bei einem Biss oder Kratzer sollte umgehend medizinische Hilfe gesucht werden.

Eine Tollwutimpfung kann insbesondere bei längeren Aufenthalten, Reisen in abgelegene Regionen oder häufigem Kontakt zu Tieren sinnvoll sein.

#### **Wildtiere und andere Tiere**

Die Mongolei beherbergt eine vielfältige Tierwelt, darunter Wölfe, Füchse, Murmeltiere, Hirsche und verschiedene Greifvögel. Begegnungen mit größeren Wildtieren sind jedoch selten, da viele Tiere sehr scheu sind.

Auch bei Begegnungen mit Nutztieren wie Pferden, Yaks, Kamelen oder Viehherden ist ein respektvoller Abstand wichtig. Besonders Pferde haben in der mongolischen Kultur eine große Bedeutung und sollten nur nach Rücksprache mit den Besitzern angefasst oder gefüttert werden.

Da wir keine verbindlichen Aussagen treffen können und sich natürliche Bedingungen vor Ort ändern können, empfehlen wir, sich zusätzlich bei Ihrem Hausarzt oder einem Tropeninstitut über individuelle Risiken und Impfeempfehlungen beraten zu lassen.

**Da wir keine verbindlichen Aussagen treffen können und sich die Situation vor Ort innerhalb kurzer Zeiträume ändern kann, sollten Sie sich zusätzlich an Ihren Hausarzt oder ein nahegelegenes Tropeninstitut wenden.**

### **Medikamente**

Die medizinische Versorgung ist in der Hauptstadt Ulaanbaatar am besten ausgebaut. Dort gibt es Krankenhäuser und medizinische Einrichtungen mit teilweise internationalem Standard. In abgelegenen Regionen der Mongolei,

insbesondere während Reisen durch die Steppe oder Wüste Gobi, sind medizinische Einrichtungen jedoch nur eingeschränkt verfügbar und oft weit entfernt.

Nehmen Sie wichtige verschreibungspflichtige Medikamente in ausreichender Menge mit, idealerweise im Handgepäck und mit einer Kopie des ärztlichen Rezepts.

Eine kleine Reiseapotheke sollte beispielsweise enthalten:

- persönliche Medikamente
- Sonnenschutz und Lippenpflege
- Insektenschutzmittel
- Pflaster und Verbandsmaterial
- Mittel gegen Magen-Darm-Beschwerden
- Schmerz- und Fiebermittel
- ggf. Medikamente gegen Erkältung oder Allergien

## Umweltsituation

Die Mongolei zählt zu den ursprünglichsten Naturräumen der Erde. Das Land ist geprägt von weiten Steppen, der Wüste Gobi, Gebirgslandschaften, klaren Seen und nahezu unberührten Regionen. Aufgrund der geringen Bevölkerungsdichte konnten sich viele natürliche Lebensräume erhalten. Die mongolische Natur ist jedoch zunehmend durch Klimaveränderungen, zunehmende Wüstenbildung und den Abbau von Rohstoffen bedroht. Zahlreiche Schutzgebiete und Nationalparks tragen dazu bei, die einzigartige Landschaft und Artenvielfalt zu bewahren. Nachhaltiger Tourismus gewinnt in der Mongolei zunehmend an Bedeutung und unterstützt den Erhalt der Natur sowie traditionelle Lebensweisen der Nomaden.

## Tierwelt

Die Mongolei besitzt eine beeindruckende und vielfältige Tierwelt, die perfekt an die extremen Bedingungen der Steppe angepasst ist. Zu den bekanntesten Tierarten gehören unter anderem:

- **Przewalski-Pferde** – die letzten echten Wildpferde der Welt, die in Schutzgebieten wieder angesiedelt wurden
- **Kamele** – insbesondere zweihöckrige baktrische Kamele in der Wüste Gobi
- **Khulan (Asiatischer Wildesel)** – eine an die Wüste angepasste Wildeselart, die vor allem in der südlichen Gobi vorkommt
- **Mongolische Gazellen** – große Herden ziehen durch die östlichen Steppen
- **Saiga-Antilopen** – eine seltene Antilopenart mit charakteristischer Nasenform, die im Westen der Mongolei vorkommt
- **Wildschafe und Steinböcke** – in den Gebirgsregionen
- **Schneeleoparden** – scheue Großkatzen, die in den Hochgebirgen des Altai und anderer Gebirgszüge leben
- **Mazaalai (Gobi-Bär)** – eine der seltensten Bärenarten der Welt, die ausschließlich in der mongolischen Gobi vorkommt
- **Pallaskatzen (Manul)** – kleine Wildkatzen mit dichtem Fell, die in den Steppen und felsigen Regionen leben
- **Wölfe und Füchse** – typische Raubtiere der Steppe
- **Murmeltiere und zahlreiche kleinere Säugetiere**
- **Adler und andere Greifvögel** – sie spielen in der mongolischen Kultur, insbesondere bei der traditionellen Adlerjagd der Kasachen, eine besondere Rolle.

Die Mongolei bietet hervorragende Möglichkeiten zur Tierbeobachtung. Besonders die weiten Landschaften, Nationalparks und Schutzgebiete ermöglichen einzigartige Begegnungen mit Tieren in ihrer natürlichen Umgebung.

## Klima

Die Mongolei besitzt ein ausgeprägt kontinentales Klima mit sehr kalten Wintern, kurzen warmen Sommern und großen Temperaturunterschieden zwischen Tag und Nacht. Aufgrund der Lage im Inneren des asiatischen Kontinents gibt es nur geringe Niederschläge und eine sehr trockene Luft.

Die durchschnittlichen Temperaturen unterscheiden sich je nach Jahreszeit deutlich:

- **Sommer (Juni bis August):** Die beste Reisezeit für die Mongolei. Tagsüber liegen die Temperaturen meist zwischen 20 und 30 °C, während es nachts deutlich abkühlen kann. In dieser Zeit sind die Steppenlandschaften grün und die Bedingungen für Rundreisen, Wanderungen und Tierbeobachtungen besonders angenehm.
- **Frühling (April bis Mai):** Die Temperaturen sind wechselhaft. Die Natur erwacht, gleichzeitig können starke Winde, Sandstürme und unbeständiges Wetter auftreten.
- **Herbst (September bis Oktober):** Eine schöne Reisezeit mit klarer Luft und beeindruckenden Farben der Landschaft. Die Temperaturen können jedoch bereits deutlich sinken.
- **Winter (November bis März):** Die Mongolei erlebt sehr kalte Winter mit Temperaturen weit unter dem Gefrierpunkt. Reisen sind möglich, erfordern jedoch eine spezielle Vorbereitung.

Das Wetter kann sich in der Mongolei besonders in den Steppen- und Wüstenregionen schnell ändern. Auch im Sommer sollten Reisende auf kühle Abende und Nächte vorbereitet sein.

Generell gilt die Zeit von **Juni bis September** als beste Reiseperiode für klassische Rundreisen durch die Mongolei. In dieser Zeit lassen sich die beeindruckenden Landschaften, die nomadische Kultur und die Tierwelt besonders gut erleben.

### Klimakarte der Hauptstadt (Ulan-Bator)

| <b>Ulan-Bator</b><br><b>Lokalzeit (GMT+5)</b> | <b>Jan</b> | <b>Feb</b> | <b>Mar</b> | <b>Apr</b> | <b>Mai</b> | <b>Jun</b> | <b>Jul</b> | <b>Aug</b> | <b>Sep</b> | <b>Okt</b> | <b>Nov</b> | <b>Dez</b> |
|-----------------------------------------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|
| <b>Tagestemperatur</b>                        | -16        | -11        | -2.6       | 6.8        | 15.3       | 20.2       | 21.7       | 20.2       | 14.7       | 6.1        | -5.9       | -14        |
| <b>Nachttemperatur</b>                        | -25        | -22        | -14        | -5         | 2.6        | 8.9        | 11.8       | 10.2       | 3.3        | -5.1       | -15        | -22        |
| <b>Sonnenstunden/Tag</b>                      | 5.7        | 7.3        | 8.5        | 8.8        | 9.6        | 9          | 8          | 8.3        | 8.2        | 7.4        | 5.9        | 5          |
| <b>Niederschlagstage/Monat</b>                | 0.5        | 0.5        | 0.7        | 1.6        | 3.2        | 6          | 9.2        | 7.3        | 4.9        | 1.7        | 1.5        | 0.6        |

Weitere aktuelle Wetterinfos gibt es unter: [www.worldweather.org/](http://www.worldweather.org/)

## Kontaktadressen

### Notfallnummern in der Mongolei

- Polizei: 102
- Feuerwehr: 101
- Notarzt / Rettungswagen: 103
- Allgemeine Notrufnummer: 105

Für touristische Unterstützung können Sie sich außerdem an die lokale Polizei oder die zuständige Botschaft bzw. das Konsulat wenden.

Sollten Sie Ihren Reisepass verlieren oder dieser beschädigt werden, wenden Sie sich bitte schnellstmöglich an die zuständige deutsche Botschaft oder ein deutsches Konsulat in Indonesien. Dort erhalten Sie Unterstützung bei der Ausstellung eines Ersatzdokuments und den weiteren notwendigen Schritten. Es empfiehlt sich, vor der Reise eine Kopie des Reisepasses (digital und/oder ausgedruckt) sowie wichtige Reisedokumente separat aufzubewahren.

### Krankenhäuser und Ärzte

Die medizinische Versorgung in der Mongolei konzentriert sich vor allem auf die Hauptstadt Ulaanbaatar. Dort gibt es Krankenhäuser und medizinische Einrichtungen mit teilweise internationalem Standard. Bei medizinischen Notfällen außerhalb der Hauptstadt kann die Versorgung aufgrund der großen Entfernungen und der dünnen Besiedlung eingeschränkt sein. Während Reisen durch die Steppe oder die Wüste Gobi können medizinische Einrichtungen oft weit entfernt liegen. Bei ernsthaften medizinischen Problemen empfiehlt es sich, sich an größere Krankenhäuser in Ulaanbaatar zu wenden oder die Unterstützung Ihrer Reiseleitung in Anspruch zu nehmen. Eine Auslandsrankenversicherung inklusive Rücktransport ist für eine Mongolei-Reise besonders empfehlenswert.

### Diplomatische Vertretungen & Auskunftstellen

#### Deutsche Staatsbürger

Für nähere Informationen zu Einreisebestimmungen und aktuellen Reisehinweisen für deutsche Staatsbürger wenden Sie sich bitte an die mongolische Botschaft in Deutschland:

Botschaft der Mongolei  
Hausvogteiplatz 14  
10117 Berlin  
Tel.: +49 30 474 80 60  
E-Mail: berlin@mfa.gov.mn

#### Österreichische Staatsbürger

Für Informationen zu Einreisebestimmungen für österreichische Staatsbürger wenden Sie sich bitte an die mongolische Botschaft in Wien:

Botschaft der Mongolei  
Fasangartengasse 45  
1130 Wien, Österreich  
Tel.: +43 1 535 28 07 - 12  
E-Mail: vienna@mfa.gov.mn

#### Schweizer Staatsbürger

Für Informationen zu Einreisebestimmungen für Schweizer Staatsbürger wenden Sie sich bitte an die zuständige mongolische Botschaft in der Schweiz:

Ständige Vertretung und Botschaft der Mongolei  
Chemin des Mollies 4  
1293 Bellevue (Genf), Schweiz  
Tel.: +41 22 774 19 74  
E-Mail: mongolie@bluewin.ch

Für Schweizer Staatsbürger erteilt außerdem das Eidgenössische Departement für auswärtige Angelegenheiten (EDA) aktuelle Reiseinformationen: [www.eda.admin.ch](http://www.eda.admin.ch)

## Internetlinks

### Gesundheitsfragen

Weltgesundheitsorganisation: [www.who.int](http://www.who.int)

### Allgemeine Landesinformation

Reiseführer und Tipps: [www.lonelyplanet.com](http://www.lonelyplanet.com)

Informationen und Tipps auf Englisch: [www.virtualtourist.com](http://www.virtualtourist.com)

Feiertage, Zeitzonen und weitere Infos: [aglobalworld.com](http://aglobalworld.com)

### Umweltthemen

Umweltprogramm der Vereinten Nationen: [www.unep.net/profile](http://www.unep.net/profile)

---

(Stand: August/ 2026)

Die Reiseinformationen lehnen sich an die Veröffentlichungen des Reisemedizinischen Zentrum - Tropeninstitut Hamburg und des Auswärtigen Amts an. Reise- und Sicherheitshinweise beruhen auf den zum angegebenen Zeitpunkt und als vertrauenswürdig eingeschätzten Informationen. Eine Gewähr für die Richtigkeit und Vollständigkeit kann nicht übernommen werden.