



lonely planet

# Irán

Consejos  
de expertos

Información  
exhaustiva

Capítulo especial  
de cocina iraní

geoPlaneta



# 4 secciones fáciles de usar

## 1 PUESTA A PUNTO

Una herramienta para preparar la estancia  
Sugerencias para un viaje perfecto

## 2 EXPLORAR

Una guía exhaustiva  
Reseñas de expertos, prácticos mapas y consejos útiles de primera mano

## 3 COMPRENDER

Para disfrutar más del viaje  
Una visión general del destino para entender lo que se ve

## 4 GUÍA PRÁCTICA

Una referencia de fácil consulta  
Información práctica para evitar imprevistos

# Cómo utilizar esta guía

### Símbología temática:

- Puntos de interés
- Playas
- Actividades
- Cursos
- Circuitos
- Fiestas y celebraciones
- Dónde dormir
- Dónde comer
- Dónde beber
- Ocio
- De compras
- Información y transporte

Todas las reseñas se ordenan según las preferencias del autor y comienzan por su opción favorita.

**Puntos de interés:** parten del orden geográfico que se sugiere para la visita y, dentro de este orden, aparecen siguiendo la preferencia del autor.

**Dónde comer y Dónde dormir:** todas las reseñas se ordenan según el precio (económico, precio medio y precio alto) y, dentro de esta disposición, por preferencia del autor.

### Otros símbolos:

- Imprescindible
- GRATIS Gratis
- Teléfono
- Horario
- Aparcamiento
- Prohibido fumar
- Aire acondicionado
- Acceso a internet
- Zona wifi
- Piscina
- Selección vegetariana
- Menú en inglés
- Ambiente familiar
- Admite mascotas
- Autobús
- Ferri
- Tranvía
- Tren
- Propuesta sostenible

### Abreviaturas:

- h** habitación
- i** h individual
- d** h doble
- tw** h doble con camas indiv.
- tr** h triple
- c** h cuádruple
- dc** dormitorio colectivo
- apt** apartamento
- ste** suite

Para los símbolos que aparecen en los mapas, véase la leyenda de los mapas en la p. 382

# La guía adecuada para cada viaje



### PAÍS, REGIÓN Y CIUDAD

- La colección original
- Información exhaustiva
- Para viajeros independientes

### LO MEJOR DE

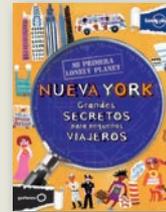
- Lo imprescindible
- A todo color
- Para inspirarse

### EN RUTA

- Viajar en coche
- Rutas al detalle
- Información para el conductor

### DE CERCA

- De bolsillo
- Fácil de usar
- Lo esencial



LOVELY PLANET JUNIOR



GUÍA PARA CONVERSAR



E-BOOKS



REVISTA LONELY PLANET

# Otros recursos para viajar



[www.lonelyplanet.es](http://www.lonelyplanet.es)

- [instagram.com/lonelyplanet\\_es](https://www.instagram.com/lonelyplanet_es)
- [twitter.com/lonelyplanet\\_es](https://twitter.com/lonelyplanet_es)
- [facebook.com/lonelyplanetespana](https://www.facebook.com/lonelyplanetespana)
- [foro.lonelyplanet.es](https://foro.lonelyplanet.es)

## Reserva tus viajes en la web de Lonely Planet



Vuelos



Hoteles



Vacaciones

¡Suscríbete!

[lonelyplanet.es/newsletter.html](https://lonelyplanet.es/newsletter.html)



### LA HISTORIA DE LONELY PLANET

Un automóvil destartado, unos pocos dólares en el bolsillo y muchas ganas de aventura. En 1972 eso es todo lo que necesitaron Tony y Maureen Wheeler para hacer el viaje de sus vidas: toda Europa y Asia por tierra hasta Australia. Tardaron varios meses y, al final, sin un céntimo, pero llenos de energía, se sentaron a la mesa de la cocina a escribir su primera guía de viajes: *Across Asia on the cheap*. En una semana ya habían vendido 1500 copias. Así nació Lonely Planet. Hoy en día, Lonely Planet tiene oficinas en Franklin, Londres, Melbourne, Oakland, Beijing y Delhi, con más de seiscientos autores y trabajadores. Lonely Planet mantiene la filosofía original de Tony: " Toda guía excelente debe hacer estas tres cosas: informar, educar y entretener".

# Irán



EDICIÓN ESCRITA Y DOCUMENTADA POR

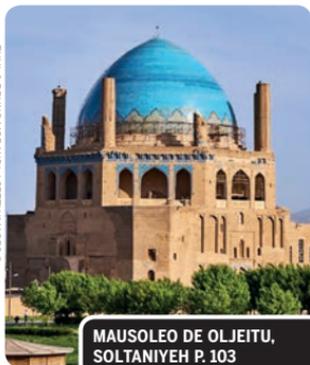
Simon Richmond, Jean-Bernard Carillet, Mark Elliott, Anthony Ham,  
Jenny Walker, Steve Waters

## PUESTA A PUNTO

Bienvenidos a Irán .....	4
Mapa de Irán .....	6
Las 16 mejores experiencias .....	8
Lo esencial .....	16
La primera vez .....	18
En busca de... .....	20
Mes a mes .....	22
Itinerarios .....	24
Visados y planificación .....	27
De un vistazo .....	31

## EN RUTA

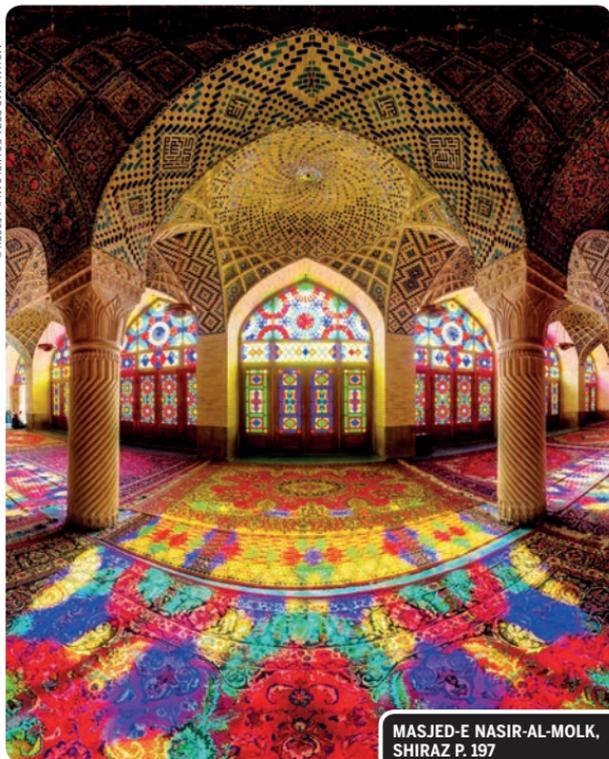
<b>TEHERÁN .....</b>	<b>34</b>	<b>OESTE DE IRÁN .....</b>	<b>77</b>
Puntos de interés .....	37	Bazargan .....	80
Actividades .....	51	Maku y alrededores .....	80
Circuitos .....	53	Khoy .....	81
Cursos .....	53	Orumiyeh .....	82
Dónde dormir .....	54	Maraqeh .....	84
Dónde comer .....	59	Tabriz .....	84
Dónde beber y vida nocturna .....	62	Kandovan .....	94
Ocio .....	64	Jolfa .....	95
De compras .....	65	Valle del río Aras .....	95
<b>Alrededores de Teherán..</b>	<b>72</b>	Kaleybar .....	97
Estaciones de esquí de los montes Alborz .....	72	Ardabil .....	97
Monte Damavand .....	74	Khal Khal .....	100
Rey .....	76	Zanyán .....	100
		Soltaniyeh .....	103



MAUSOLEO DE OLJEITU, SOLTANIYEH P. 103



TEJEDORA DE ALFOMBRA PERSA P. 317



MASJED-E NASIR-AL-MOLK, SHIRAZ P. 197

# Sumario

## COMPRENDER IRÁN

Takab .....	104
Rasht .....	105
Alrededores de Rasht .....	110
Ramsar .....	112
Kelardasht .....	113
Qazvin .....	114
Valle de Alamut .....	119
Sanandaj .....	123
Howraman .....	126
Paveh .....	127
Kermanshah .....	128
Bisotun .....	131
Hamadán .....	132
Bijar .....	137
Marivan .....	138
Dorud .....	138
Ferrocarril Dorud-Andimeshk .....	139
Andimeshk .....	139
Shush .....	140
Shushtar .....	142
Ahvaz .....	144
Khorramabad .....	145

## CENTRO DE IRÁN ..... 146

Qom .....	147
Kashan .....	150
Alrededores de Kashan .....	157
Isfahán .....	158
Montes Zagros .....	175
Dasht-e Kavir .....	178
Yazd .....	181
Alrededores de Yazd .....	193
Shiraz .....	195
Persépolis .....	207
Naqsh-e Rostam y Naqsh-e Rajab .....	210
Pasargadae .....	210
Bavanat .....	211

Firuz Abad .....	211
Kazerun y Bishapur .....	212

## GOLFO PÉRSICO ..... 213

Isla de Kish .....	214
Bandar-e Lengeh .....	219
Bandar Abbas .....	220
Isla de Qeshm .....	223
Isla de Ormuz .....	227

## SURESTE DE IRÁN ..... 230

Meymand .....	231
Kermán .....	232
Alrededores de Kermán .....	239
Los Kaluts (desierto de Lut) .....	240
Rayen .....	242
Birjand .....	243
Qa'en .....	244

## NORESTE DE IRÁN ..... 246

Sari .....	247
Gorgán .....	247
Semnán .....	252
Garmsar .....	254
Shahrud .....	255
Gonbad-e Kavus .....	256
Bajgiran .....	258
Mashhad .....	258
Alrededores de Mashhad .....	270
Kalat .....	271
Bojnurd .....	272
Esfarayen .....	273
Sabzevar .....	273

Irán hoy .....	276
Historia .....	278
El pueblo iraní .....	295
Vida cotidiana .....	297
Cocina iraní .....	304
Religión .....	308
Arquitectura .....	312
Alfombras, artes y artesanías .....	317
Literatura, música y cine .....	322
Medio ambiente .....	328

## GUÍA PRÁCTICA

Viajar con seguridad ..	334
Datos prácticos A-Z ...	338
Transporte .....	352
Salud .....	362
Idioma .....	365
Índice .....	374
Legendas de los mapas .....	382

## SECCIONES ESPECIALES

Visados y planificación .....	27
Vida cotidiana .....	297
Religión .....	308
Viajar con seguridad ..	334

# Bienvenidos a Irán

*Bienvenidos al que podría ser el país más hospitalario del mundo. Irán es la joya de la corona musulmana, la unión de una arquitectura gloriosa con una acogida cariñosa.*

## Tras los pasos de los imperios

Ecós de antiguas civilizaciones resuenan hasta el origen de los tiempos en Irán. Algunos de los mayores nombres de la historia, Ciro y Darío, Alejandro Magno, Gengís Kan, dejaron aquí su impronta, y las ciudades que conquistaron o gobernaron se encuentran entre las estrellas de una región rica en vestigios históricos. Pasear por la increíble antigua capital de Persépolis, experimentar el remoto poder de Susa y captar la maravillosa inmensidad del zigurat elamita de Choga Zanbil son experiencias que llevan al viajero a los días de gloria de la antigua Persia.

## La belleza del islam

Irán posee algunos de los más bellos tesoros de la arquitectura islámica del planeta. Las sublimes cúpulas y alminares de azulejos turquesa de la plaza de Naqsh-e Jahan (plaza del Imán) de Isfahán son muy admiradas, y con razón, pero hay auténticas maravillas que rivalizan con ellas en lugares como Yazd y Shiraz. Y no se trata solo de las mezquitas; los palacios (sobre todo en Teherán), jardines (en todas partes, pero los de Kashan son realmente deslumbrantes), puentes y otros edificios públicos confieren elegancia y belleza a las ciudades de todo el país.

## Moderno y sofisticado

El viaje supone también la oportunidad de entender la historia moderna de Irán, sobre todo de Teherán. Recorrer parte de la antigua embajada de EE UU; contemplar la hermosa torre Azadi (“Libertad”), donde cientos de miles de personas celebraron el triunfo de la revolución en 1979 y, en el 2009, protestaron contra el régimen nacido de aquella revolución; y visitar el inolvidable Museo de la Sagrada Defensa de Irán para conocer los pormenores de la guerra entre Irán e Irak en la que tanto sufrió el país. En Teherán también se puede tomar el pulso del Irán contemporáneo en creativas galerías de arte y cafés.

## La redefinición de la hospitalidad

En todo Irán, un país compuesto por numerosos grupos étnicos e influido a lo largo de miles de años por ocupantes griegos, árabes, túrquicos y mongoles, la gente es de lo más acogedora. Todos los días alguien ofrecerá un té al viajero y será normal ser invitado a comer en casa de alguien. Hay que aceptar cuando se pueda y experimentar de primera mano la cultura iraní: antigua, sofisticada y cálida. Son estas experiencias las que más perduran en la memoria.



## Por qué me encanta Irán

Por Anthony Ham, autor

¿Cómo no me va a encantar? Los paisajes son maravillosos: altas montañas, profundos desiertos aún impregnados de la conmovedora presencia del guepardo asiático. La arquitectura y la magia de los bazares. El civilizado encanto de tomar té en una tetería con vistas al río en Isfahán o con los nómadas en los montes Zagros. O pasear por los callejones de ladrillos de barro cocido de Yazd y adentrarse en un templo de fuego zoroastra en pleno desierto. Sí, me encantan todas estas cosas. Pero el mayor regalo de Irán es su gente.

**Para más información sobre nuestros autores, véase p. 384.**



### **Jenny Walker**

**Centro de Irán.** Jenny es miembro de la British Guild of Travel Writers y de la Outdoor Writers and Photographers Guild. Desde hace más de diez años ha escrito muchísimo sobre Oriente Medio para Lonely Planet. Es coautora de *Off-Road in the Sultanate of Oman*, que escribió con Sam Owen, su marido y teniente coronel de aviación jubilado. Residen en Omán desde hace casi 20 años.



### **Steve Waters**

**Oeste de Irán.** Tanto los viajes como la aventura siempre han formado parte de la vida de Steve, que no la concibe sin ellos. Desde hace más de 30 años usa las guías de Lonely Planet en lugares tan diversos como Irán, Asia Central, Kamchatka, Tuva, el Himalaya, Canadá, la Patagonia, el Outback o interior australiano, el noreste asiático, Myanmar y el Sáhara. No es de extrañar que al final trabajase para la compañía. Steve ha participado en *Iran*, *Indonesia* y las

últimas cuatro ediciones de *Western Australia*. En septiembre es fácil encontrarlo en un remoto desfiladero de Kimberley.

# LOS AUTORES



## Simon Richmond

**Teherán.** Periodista y fotógrafo, es especialista en guías de viajes desde principios de los años noventa. La primera vez que trabajó para Lonely Planet fue en la guía *Central Asia* en 1999. Lleva tantos años que hemos dejado de contar el número de guías que ha investigado y escrito para la compañía; algunas en las que he participado son: Australia, China, India, Irán, Japón, Corea, Malasia, Mongolia, Myanmar (Birmania), Rusia, Singapur, Sudáfrica y Turquía.

Ha redactado artículos muy diversos para Lonely Planet, como el de las piscinas más grandes del mundo o el del entusiasmo de los dibujantes callejeros.



## Jean-Bernard Carillet

**Golfo pérsico.** Jean-Bernard es escritor y fotógrafo autónomo residente en París, especializado en África, Francia, Turquía, el océano Índico, el Caribe y el Pacífico. Le encantan la aventura, los lugares recónditos, las islas, estar al aire libre, los yacimientos arqueológicos y la comida. Su insaciable pasión por los viajes, que no disminuye, le ha llevado a recorrer 114 países en seis continentes.

Esta pasión ha inspirado muchos artículos y fotografías para revistas de viajes y unas 70 guías de Lonely Planet, tanto en inglés como en francés.



## Mark Elliott

**Sudeste de Irán, Noroeste de Irán.** Mark ya había vivido y trabajado en cinco continentes cuando empezó a redactar guías de viajes, en la aterradora época de antes de internet. Desde entonces, ha escrito o coescrito unos 60 libros, entre los que se incluyen decenas para Lonely Planet. También es asesor de viajes, guía turístico esporádicamente, locutor de videos, orador, entrevistador y toca blues con la armónica.



## Anthony Ham

**Puesta a punto, Comprender y Guía práctica.** Anthony es escritor y fotógrafo autónomo especializado en España, el este y sudeste africano, el Ártico y Oriente Medio. Cuando no escribe para Lonely Planet, fotografía y escribe sobre España, África y Oriente Medio para periódicos y revistas australianas, británicas y estadounidenses.

PÁGINA  
ANTERIOR **MÁS  
AUTORES**

## geoPlaneta

Av. Diagonal 662-664, 08034 Barcelona  
viajeros@lonelyplanet.es  
www.geoplaneta.com · www.lonelyplanet.es

## Lonely Planet Global Limited

Lonely Planet Global Limited, Unit E, Digital Court,  
The Digital Hub, Rainsford Street, Dublin 8, Irlanda  
(también oficinas en Australia, Reino Unido y Estados Unidos)  
www.lonelyplanet.com  
Contacta con Lonely Planet en: <http://lonelyplanet.com/contact>

## Irán

1ª edición en español – octubre del 2017  
Traducción de Irán, 7ª edición – septiembre del 2017

## Editorial Planeta, S.A.

Con la autorización para la edición en español de Lonely Planet Global Ltd  
A.B.N. 36 005 607 983, Lonely Planet Global Limited, Unit E, Digital Court,  
The Digital Hub, Rainsford Street, Dublin 8, Irlanda

Reservados todos los derechos. No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web [www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com) o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Lonely Planet y el logotipo de Lonely Planet son marcas registradas de Lonely Planet en la Oficina de Patentes y Marcas de EE UU y otros países.

Lonely Planet no autoriza el uso de ninguna de sus marcas registradas a establecimientos comerciales tales como puntos de venta, hoteles o restaurantes. Por favor, informar de cualquier uso fraudulento a [www.lonelyplanet.com/ip](http://www.lonelyplanet.com/ip).

El papel utilizado para la impresión de este libro es cien por cien libre de cloro y está calificado como papel ecológico.

Aunque Lonely Planet, geoPlaneta y sus autores y traductores procuran que la información sea lo más precisa posible, no garantizan la exactitud de los contenidos de este libro, ni aceptan responsabilidad por pérdida, daño físico o contratiempo que pudiera sufrir cualquier persona que lo utilice.

© Textos y mapas: Lonely Planet, 2017  
© Fotografías 2017, según se relaciona en cada imagen  
© Edición en español: Editorial Planeta, S.A. 2017  
© Traducción: María Alfonso, Rosa María Corrales, Josep Escarré, Olalla Gastón, Sigrid Guitart, Olga Sequera, 2017

ISBN: 978-84-08-17553-7

Depósito legal: B. 12.477-2017  
Impresión y encuadernación: Grafo  
Printed in Spain – Impreso en España