

Auftakt: Entdecken Sie die Philippinen!	5
<i>350 Jahre spanischer Konvent und 50 Jahre Hollywood</i>	
Geschichtstabelle	13
Philippinen-Stichworte: Von den Aeta bis zum Zucker	15
<i>Ein Vokabelheft für Philippinenreisende</i>	
Essen & Trinken: Halo-halo und lapu-lapu	23
<i>Die philippinische Küche ist ein Potpourri der Kulturen, eine Begegnung von Ost und West</i>	
Einkaufen & Souvenirs: Kunsthandwerk und Designermode	27
<i>Die dekorativsten Souvenirs kommen aus den Werkstätten der Eingeborenenvölker</i>	
Philippinen-Kalender: Jahrmarkttrubel und Frömmigkeit	29
<i>Im Leben der Filipinos ist jeder Tag eine Fiesta</i>	
Hotel- und Restaurantpreise	31
Manila und Südluzon: Einmal rund um die Laguna	33
<i>Ein Großstadtmoloch und sein Hinterland – atemberaubend und abwechslungsreich</i>	
Luzon: Hundert Inseln vor den Stufen zum Himmel	35
<i>Kriegerische Bergvölker, Reisgötter und Wunderheiler</i>	
Die Visayas: Insel-Hopping im Paradies	37
<i>Palmen, Sonne, Sand und Meer – hier wurde dem Land sein Name gegeben</i>	
Mindanao: Erntezyklen bestimmen das Zeitmaß	39
<i>Moscheen, Minarette und der Ruf des Muezzins – im »wilden Süden« ist alles anders</i>	
Palawan: Wege, die ins Nirgendwo führen	41
<i>Abenteuer pur: undurchdringlicher Dschungel, seltene Schmetterlinge, scheue Inselbewohner</i>	
Reisen auf den Philippinen	43
Praktische Hinweise: Von Auskunft bis Zoll	91
<i>Hier finden Sie kurzgefaßt die wichtigsten Adressen und Informationen für Ihre Philippinenreise</i>	
Warnung: Bloß nicht!	96
<i>Durch Höflichkeit können Sie Fettnäpfchen vermeiden und Konflikten entgehen</i>	
Sprachführer Englisch: Sprechen und Verstehen ganz einfach	97
Register	119
Was bekomme ich für mein Geld?	120