

# Inhalt

Vorwort	7
Hinweise zur Benutzung	11

## **Vor der Reise**

Anreise aus Europa	14
Ausrüstung	14
Laos im Überblick	16
Was man unbedingt wissen sollte	17

## **Praktische Reisetipps A-Z**

Autofahren	20
Bekleidung	22
Diplomatische Vertretungen	23
Ein- und Ausreisebestimmungen	24
Einkäufe	27
Elektrizität	28
Essen und Trinken	30
Feste und Feiertage	41
Film und Foto	48
Geldfragen	49
Gesundheit	53
Hin- und Rückreise	55
Hygiene	58
Informationsstellen	60
Mit Kindern unterwegs	60
Kultur und Kunst	60
Maße und Gewichte	62
Nachtleben	63
Öffnungszeiten	64
Orientierung	65
Post, Telefon und Internet	66
Rad fahren	67
Reisezeit	69
Sicherheit	69

Souvenirs	70
Sport und Erholung	72
Sprache	73
Uhrzeit	75
Unterkunft	76
Öffentliche Verkehrsmittel	79
Versicherungen	82

## **Land und Natur**

Geografie	86
Klima	87
Flora	90
Fauna	92
Umwelt- und Naturschutz	94

## **Staat und Gesellschaft**

Staatssymbole	98
Geschichte	99
Verwaltung	118
Aktuelle Politik	122
Wirtschaft	128
Massenmedien	140

## **Menschen und Kultur**

Bevölkerung	146
Religion	153
Sitten u. Bräuche, Verhaltenstipps	160
Alltagsleben	162
Die Frau in der Gesellschaft	163
Architektur	166
Schrift und Literatur	172
Kunsthandwerk und Malerei	177
Musik und Theater	181
Bildungswesen	184
Gesundheitswesen	186

**Vientiane und Umgebung**

Überblick	190
Orientierung	196
Geschichte	198
Sehenswertes	204
Praktische Informationen	218
Provinz Vientiane	230
Nam-Ngum-Stausee, Thalat	230
Pho Khao Khouay	235
Vang Vieng	237

Provinz Houa Phan	285
Sam Neua	287
Vieng Say	288
Provinz Phongsaly	289
Hatsa	291
Muong Khoua	291
Provinz Oudomsay	292
Provinz Luang Namtha	295
Luang Namtha	296
Provinz Bokeo	300
Provinz Sayabouri	303

**Nordlaos**

Überblick	246
Provinz Luang Prabang	250
Luang Prabang	251
Umgebung von	
Luang Prabang	271
Provinz Xieng Khouang	276
Phone Savan	280
Umgebung von	
Phone Savan	281

**Zentrallaos**

Überblick	308
Provinz Bolikhamsay	309
Paksan	312
Lak Sao	313
Provinz Khammouane	315
Thakek	316
Provinz Savannakhet	324
Savannakhet	326

## **Südlaos**

Überblick	338
Provinz Saravane	339
Saravane	340
Provinz Champasak	343
Pakse	347
Champasak	352
Wat Phou	354
Auf der Straße Nr. 13	
nach Süden	358
Siphandone	361
Paksong (Bolaven Plateau)	366
Provinzen Sekong	
und Attopeu	371

## **Anhang**

Literaturtipps	376
Laotische Sprachhilfe	377
Billige Flüge nach Laos	384
Gesundheits-Informationen	396
Register	399
Kartenverzeichnis	407
Der Autor	408

## **Kartenatlas**

Indochina I-XXIV	nach Seite 432
------------------	----------------