

# Inhalt

		Nachhaltiges Reisen	39
		Gepäck	41
		<b>2 Unterwegs in Thailand</b>	<b>44</b>
Vorwort	2	Herumkommen	46
Hinweise zur Benutzung	6	Umgangsformen und Gesetze	51
Die Regionen	8	Medizinische Versorgung	53
Willkommen in Thailand	12	Mobilfunk und Internet	54
Feste und Feiertage	14	Sicherheit	54
Fünf persönliche Tipps	18	Elektrizität	55
Fünf Traumstrände	19	Wäsche waschen	55
Fünf Natur-Highlights	20	Barrierefreies Reisen	56
Fünf beeindruckende Ausflüge	21	Reisen mit Kindern	56
		LGBT+	56
<b>1 Reiseplanung</b>	<b>22</b>	Notfall	56
		Geld	57
Wieviel Zeit benötigt man für eine		Essen und Trinken	58
Reise nach Thailand?	24	Fotografieren und Filmen	59
Was kostet eine Rundreise		Dos und Dont's	60
durch Thailand?	24		
Reisevorbereitungen	26		

Route 1: Der Backpacker-Trail Deluxe	68	<b>Großraum Bangkok</b>	<b>126</b>
Route 2: 30 Tage Thailand intensiv	74	Bangkok	128
Route 3: Gegen den Strom	80	<i>Kurztrip: Bangkok in drei Tagen</i>	144
Route 4: Zwei Wochen Inselhopping in der Andamanensee	86	Ayutthaya	154
Route 5: Auf Leos wahren Spuren	90	<b>Nordthailand</b>	<b>158</b>
Route 6: Die nördliche 8	94	Chiang Mai	160
Route 7: Best of Südthailand	102	Doi Inthanon Nationalpark	170
Route 8: Inselparadiese des Ostens	108	Chiang Rai	172
Route 9: Die Phuket-Schleife	112	Mae Sai	181
Route 10: Inselparadiese der Andamanensee	118	Golden Triangle	181
		Chiang Saen	182
		Chiang Khong	183
		Phu Chi Fah	184
		<i>Das Lanna-Königreich</i>	185
		Pai	186
		Mae Hong Son	192

<i>Roadtrip: Mae Hong Son Loop</i>	194	<i>Vegetarian Festival</i>	223
Chiang Dao	202	Hauptquartier des	
		Khao Sok Nationalparks	224
<b>Andamanensee und Südthailand</b>	<b>206</b>	Cheow Lan Lake im	
Phuket	208	Khao Sok Nationalpark	227

Koh Yao Yai	229	<b>6 Anhang</b>	<b>380</b>
Koh Phi Phi	233		
Ao Nang (Krabi)	242	Literaturtipps	382
Railay Beach	251	Kleine Sprachhilfe	383
Koh Lanta	255	Glossar	385
Koh Mook	263	Register	397
Koh Lipe	270	Bildnachweis	404
		Danksagung	404
<b>Westlicher Golf</b>	<b>278</b>	Die Autoren	405
Koh Samui	280	Impressum	406
Koh Phangan	295	Schreiben Sie uns!	407
<i>Die Full Moon Party</i>	300		
Koh Tao	307		
<b>Östlicher Golf</b>	<b>318</b>		
Koh Chang	320		
Koh Mak	329		
Koh Kood	337		

## **5 Thailand >>inside<< 344**

Regierung und Politik	346
Die Königsfamilie	347
Bergvölker im Norden Thailands	348
Entwicklung des Massentourismus	349
Die umstrittene Stadt Pattaya	351
Elefantentourismus	352
Buddhismus und Religion	354
Das Lichterfest Loy Krathong	356
Das Neujahrsfest Songkran	356
Streetfood	358
Thai-Massage	360
Nationalsport Thaiboxen	361
Die Geschichte im Überblick	362
Zeitstrahl	375