

Vorwort	10
1 Backpacking.....	12
1.1 Was ist Backpacking?	12
1.2 Für wen ist Backpacking das Richtige?	14
2 Vorbereitung	17
2.1 Wahl des Landes	17
2.1.1 Erfahrungen mit Reisen	17
2.1.2 Reisedauer und -zeiten.....	18
2.1.3 Klima	20
2.1.4 Sprache.....	21
2.1.5 Budget	22
2.1.6 Muße oder Arbeit.....	24
2.2 Für Work & Travel: Selbst planen oder mit einer Agentur.....	26
2.2.1 Mit einer Agentur	27
2.2.2 Alles selbst planen.....	29
2.2.3 Die Mischung macht`s	29
2.3 Formalitäten	30
2.3.1 Dokumente.....	31
2.3.2 Versicherung	36
2.3.3 Gesundheit und Impfungen.....	41
2.3.4 Finanzen.....	43
2.4 Anreise	48
2.5 Richtig packen	53
2.5.1 Rucksäcke	53
2.5.2 Allgemeine Dinge, die du dabeihaben solltest...56	56
2.5.3 Technik	61
2.5.4 Sonstiges	64
2.5.5 Für die Hitze	66
2.5.6 Für die Kälte	67
2.5.7 Einpacken	69

3 Vor Ort.....	70
3.1 Ankunft.....	70
3.2 Übernachtungsmöglichkeiten	72
3.2.1 Hostel	73
3.2.2 Hotel	74
3.2.3 Motel.....	75
3.2.4 Pensionen.....	76
3.2.5 Private Zimmer und Wohnungen.....	76
3.2.6 Gastfreundschaftsnetzwerke	77
3.2.7 WWOOFing	78
3.2.8 Eigene Wohnung/Wohngemeinschaft.....	78
3.2.9 Campingplätze	79
3.2.10 Auto/Mietauto.....	80
3.3 Unterwegs.....	81
3.3.1 Flugzeug	82
3.3.2 Zug	82
3.3.3 Bus.....	83
3.3.4 Auto	84
3.3.5 Trampen & Mitfahrgelegenheit	88
3.3.6 Motorrad/Roller	89
3.3.7 Fähre.....	90
3.3.8 Fahrrad.....	91
3.3.9 Wandern.....	92
3.3.10 Verkehrsregeln	93
3.4 Reisekasse aufbessern	94
3.4.1 Arbeiten ohne Bezahlung.....	100
3.5 Sicherheit.....	102
4 Zurück zu Hause	108

5 Länderinformationen und Erfahrungsberichte.....	110
5.1 Afrika	110
5.1.1 Marokko	110
5.1.1.1 Erfahrungsbericht	111
5.1.2 Südafrika	116
5.1.2.1 Erfahrungsbericht.....	116
5.2 Asien	122
5.2.1 China.....	122
5.2.1.1 Länderspezifische Hinweise	122
5.2.2 Indien	128
5.2.2.1 Erfahrungsbericht	128
5.2.3 Indonesien	134
5.2.3.1 Erfahrungsberichte	134
5.2.4 Japan	145
5.2.4.1 Erfahrungsbericht.....	145
5.2.5 Laos.....	153
5.2.5.1 Erfahrungsberichte	153
5.2.6 Thailand.....	158
5.2.6.1 Erfahrungsbericht.....	158
5.2.7 Vietnam	164
5.2.7.1 Länderspezifische Hinweise	164
5.3 Europa	170
5.3.1 Baltikum	170
5.3.1.1 Länderspezifische Hinweise	171
5.3.2 Finnland	178
5.3.2.1 Länderspezifische Hinweise	178
5.3.3 Irland.....	183
5.3.3.1 Länderspezifische Hinweise	183
5.3.3.2 Erfahrungsbericht.....	186
5.3.3 Italien.....	189
5.3.4.1 Länderspezifische Hinweise	189
5.3.5 Portugal.....	192
5.3.5.1 Erfahrungsbericht.....	192

5.3.6 Schweden	198
5.3.6.1 Länderspezifische Hinweise	198
5.3.7 Spanien.....	203
5.3.7.1 Erfahrungsbericht.....	203
5.4 Nordamerika	210
5.4.1 Kanada.....	210
5.4.1.1 Länderspezifische Hinweise	210
5.4.2 USA.....	216
5.4.2.1 Länderspezifische Hinweise.....	216
5.5 Südamerika	222
5.5.1 Argentinien.....	222
5.5.1.1 Länderspezifische Hinweise.....	222
5.5.2 Bolivien	228
5.5.2.1 Erfahrungsbericht	228
5.5.3 Brasilien	234
5.5.3.1 Länderspezifische Hinweise	234
5.5.4 Costa Rica	238
5.5.4.1 Länderspezifische Hinweise.....	238
5.6 Ozeanien.....	242
5.6.1 Australien	242
5.6.1.1 Erfahrungsberichte	242
5.6.2 Neuseeland.....	258
5.6.2.1 Erfahrungsbericht.....	258
6 Anhang	269
6.1 Nützliche Literaturadressen	269