

# Inhalt

<b>Highlights</b>	2	<b>Land und Leute</b>	89
<b>Reiseziele und Routen</b>	23	<b>Geografie</b>	90
<b>Klima und Reisezeit</b>	31	<b>Flora und Fauna</b>	93
<b>Reisekosten</b>	33	<b>Umwelt</b>	102
		<b>Bevölkerung</b>	108
<b>Traveltipps von A bis Z</b>	<b>35</b>	<b>Geschichte</b>	110
<b>Adressen</b>	36	<b>Staat und Politik</b>	132
<b>Anreise</b>	36	<b>Wirtschaft</b>	134
<b>Botschaften und Konsulate</b>	38	<b>Religion</b>	139
<b>Einkaufen</b>	39	<b>Kultur</b>	140
<b>Essen und Trinken</b>	41		
<b>Fair Reisen</b>	44		
<b>Feste und Feiertage</b>	45		
<b>Frauen unterwegs</b>	47		
<b>Geld</b>	47		
<b>Gepäck</b>	50		
<b>Gesundheit</b>	50		
<b>Homosexualität</b>	53		
<b>Informationen</b>	53		
<b>Internet und WLAN</b>	55		
<b>Jobben und Freiwilligenarbeit</b>	56		
<b>Kinder</b>	56		
<b>Maße und Elektrizität</b>	58	<b>Lima</b>	<b>149</b>
<b>Medien</b>	58	<b>Lima</b>	150
<b>Öffnungszeiten</b>	59	<b>Die Altstadt</b>	152
<b>Post</b>	59	<b>Miraflores</b>	159
<b>Reisende mit Behinderungen</b>	60	<b>San Isidro</b>	160
<b>Sicherheit</b>	60	<b>Barranco</b>	160
<b>Sport und Aktivitäten</b>	62	<b>Chorrillos</b>	160
<b>Telefon</b>	68	<b>Callao, La Punta, Isias Palomino</b>	164
<b>Transport</b>	70	<b>San Borja und La Molina</b>	164
<b>Übernachtung</b>	80	<b>Rímac</b>	164
<b>Unterhaltung</b>	83	<b>Stadtstrände</b>	164
<b>Verhaltenstipps</b>	83	<b>Die Umgebung von Lima</b>	185
<b>Versicherungen</b>	86	<b>Halbtages- und Tagesausflüge</b>	185
<b>Visa</b>	87	<b>Mehrtägige Touren ab Lima</b>	190
<b>Zeit</b>	88		
<b>Zoll</b>	88		

## Südperu

<b>Von Lima nach Cusco</b>	196	<b>Auf dem Landweg Richtung Brasilien und Bolivien</b>	301
<b>Ayacucho</b>	197	<b>Den Río Madre de Dios flussabwärts Richtung Bolivien</b>	302
<b>Die Umgebung von Ayacucho</b>	206	<b>Reserva Nacional Tambopata</b>	304
<b>Andahuaylas und Umgebung</b>	207	<b>Quillabamba</b>	307
<b>Abancay</b>	211	<b>Vilcabamba Vieja (Espíritu Pampa)</b>	308
<b>Von Abancay nach Cusco</b>	213	<b>Richtung Pongo de Mainique</b>	308
<b>Choquequirao</b>	214	<b>Von Cusco nach Puno</b>	309
<b>Salkantay-Trek</b>	218	<b>Sicuani</b>	310
<b>Cusco</b>	220	<b>Weiter Richtung Puno</b>	310
<b>Plaza de Armas und Kirchen</b>	224	<b>Juliaca</b>	313
<b>Inkaruinen und Inkamauern</b>	231	<b>Die Umgebung von Juliaca</b>	316
<b>Kolonialgebäude</b>	232	<b>Der Titicaca-See</b>	317
<b>Nähere Umgebung von Cusco</b>	246	<b>Reserva Nacional del Titicaca</b>	317
<b>Östlich und südöstlich von Cusco</b>	247	<b>Puno</b>	319
<b>Rundwanderung um den Nevado Ausangate</b>	249	<b>Die Umgebung von Puno</b>	328
<b>Urubamba-Tal (Valle Sagrado de los Incas)</b>	252	<b>Isla Taquile</b>	329
<b>Pisac</b>	253	<b>Isla Amantani</b>	331
<b>Von Pisac nach Urubamba</b>	255	<b>Isla Suasi</b>	331
<b>Lares-Tal</b>	256	<b>Peninsula Capachica</b>	332
<b>Urubamba</b>	257	<b>Von Puno nach Copacabana</b>	332
<b>Die Umgebung von Urubamba</b>	260	<b>Von Puno über Desaguadero nach La Paz</b>	333
<b>Chincheros</b>	260	<b>Von Puno nach Arequipa</b>	334
<b>Ollantaytambo</b>	261	<b>Arequipa und Umgebung</b>	334
<b>Rund um Machu Picchu</b>	265	<b>Arequipa</b>	334
<b>Der Inkatrail nach Machu Picchu</b>	265	<b>Näheres Umland von Arequipa</b>	348
<b>Machu Picchu</b>	271	<b>Von Arequipa ins Colca-Tal</b>	351
<b>Aguas Calientes (Machu Picchu Pueblo)</b>	279	<b>Chivay</b>	351
<b>Die Umgebung von Aguas Calientes</b>	283	<b>Colca-Canyon</b>	353
<b>Südliches Amazonastiefland</b>	283	<b>Von Arequipa zum Cañón de Cotahuasi und Valle de los Volcanes</b>	360
<b>Von Cusco zum Parque Nacional Manu</b>	286	<b>Rund um Corire und Aplao</b>	361
<b>Reserva de Biosfera und Parque Nacional Manu</b>	289	<b>Valle de los Volcanes</b>	362
<b>Von Boca Manu nach Puerto Maldonado</b>	295	<b>Cañón de Cotahuasi</b>	362
<b>Puerto Maldonado</b>	296	<b>Von Arequipa nach Tacna</b>	363
<b>Die Umgebung von Puerto Maldonado</b>	301	<b>Mollendo</b>	363
		<b>Von Mollendo über Mejía nach El Fiscal</b>	365
		<b>Moquegua</b>	365
		<b>Von Moquegua nach Bolivien</b>	366
		<b>Ilo</b>	366
		<b>Tacna</b>	366
		<b>Nach Arica (Chile)</b>	372
		<b>Pazifikküste zwischen Arequipa und Lima</b>	372
		<b>Chala und Puerto Inka</b>	373
		<b>Nazca</b>	373

Die Nazca-Linien	379	Von Tingo María nach Pucallpa	428
Weitere Sehenswürdigkeiten rund um Nazca	382	Von La Oroya über La Merced nach Pucallpa	428
Von Nazca nach Abancay	385	Tarma	429
Palpa	386	Die Umgebung von Tarma	432
Ica	386	Von Tarma nach La Merced	432
Die Oase Huacachina	390	San Ramón	432
Pisco	392	La Merced	435
Península und Reserva Nacional de Paracas	396	Satipo und Umgebung	437
Islas Ballestas	400	Oxapampa und Umgebung	438
Tambo Colorado	400	Pozuzo und Umgebung	440
Von Pisco nach Ayacucho und Huancavelica	401	Puerto Bermúdez	443
Chincha	402	Puerto Inca und Umgebung	446
Zwischen Chincha und Lima	404	Pucallpa	446
		Laguna Yarinacocha	452

## I Zentralperu

Von La Oroya nach Ayacucho	408
La Oroya	408
Jauja und Umgebung	408
Concepción und Umgebung	409
Huancayo	410
Die Umgebung von Huancayo	415
Huancavelica	416
Von Huancavelica nach Ayacucho	418
Von La Oroya über Tingo María nach Pucallpa	419
Von La Oroya nach Cerro de Pasco	419
Cerro de Pasco	419
Yanahuanca	420
Huánuco	421
Die Umgebung von Huánuco	424
Tantamayo	424
Tingo María	424

## I Nordperu

Von Lima nach Trujillo	456
Von Lima bis Huacho	456
Rund um Barranca und Caral	457
Casma und Umgebung	458
Sechín	460
Tortugas	461
Chimbote	461
Trujillo	462
Die Umgebung von Trujillo	468
Chan Chan	468
Weitere Tempelanlagen bei Trujillo	470
Huanchaco	473
Von Trujillo über Huamachuco nach Cajamarca	476
Von Trujillo Richtung Norden	478
Chiclayo	478
Die Umgebung von Chiclayo	482
Von Chiclayo nach Piura	488

Piura	488	Gran Vilaya	558
Die Umgebung von Piura	493	Chachapoyas	558
Huancabamba und Umgebung	494	Die Umgebung von Chachapoyas	563
Sullana und die Grenze zu Ecuador	494	<b>Von Chachapoyas nach Tarapoto</b>	567
Ayabaca und Umgebung	495	Von Chachapoyas nach Pedro Ruíz	568
Talara und Umgebung	495	Von Pedro Ruíz zum Pazifik	568
<b>Die Strände im Norden</b>	496	Von Pedro Ruíz über Jaén nach Ecuador	568
Rund um Los Organos	496	Von Pedro Ruíz nach Rioja	569
Máncora	498	Rioja	569
Punta Sal	501	Moyobamba	570
Von Punta Sal nach Tumbes	502	Tarapoto	571
<b>Tumbes und Umgebung</b>	504	Die Umgebung von Tarapoto	575
Tumbes	504	Lamas	575
Naturschutzgebiete um Tumbes	507	Yurimaguas	576
Weiterreise nach Ecuador	508	<b>Das Amazonasgebiet</b>	577
<b>Cordillera Blanca</b>	509	Iquitos	577
Parque Nacional Huascarán	510	Tagesausflüge von Iquitos	589
Vom Südrand des Callejón de Huaylas		Reserva Natural Pacaya-Samiria	591
bis Huaraz	512	Mehrtägige Regenwald-Touren	592
Huaraz	514	Dreiländereck Peru–Brasilien–	
Die Umgebung von Huaraz	521	Kolumbien	597
Von Huaraz bis Caraz	521		
Caraz	523		
Die Umgebung von Caraz	526		
Santa Cruz Trek	527		
Alpamayo-Umrandung	530		
<b>Östlich von Huaraz</b>	532		
Chavín	532		
Chavín de Huántar	533		
Huari	535		
Chacas	536		
Wanderung von Chacas nach Vicos	536		
Pomabamba und Sihuas	537		
<b>Cordillera Huayhuash</b>	537		
Chiquián	537		
Touren in der Cordillera Huayhuash	539		
Von Chiquián nach Huánuco	540		
Huánuco Viejo	541		
<b>Von Cajamarca nach Chachapoyas</b>	543		
Cajamarca	543		
Die Umgebung von Cajamarca	551		
Celendín	552		
Leymebamba	553		
Die Umgebung von Leymebamba	554		
Tingo	555		
Kuélap	556		

  

<b>I Westbolivien</b>	<b>599</b>
<b>Am und um den Titicaca-See</b>	601
Copacabana	601
Wanderung von Copacabana nach	
Yampupata	606
Isla del Sol	607
Isla de la Luna	610
Von Copacabana nach La Paz	610
<b>La Paz</b>	612
Koloniales Zentrum	618
Das Indígena-Viertel und seine Märkte	619

Prado, Sopocachi und Miraflores	621	Ulla Ulla und Pelechuco	660
Zona Sur	622	<b>Südwestlich von La Paz</b>	663
<b>Die Umgebung von La Paz</b>	633	Parque Nacional Sajama	663
Valle de la Luna	633	Chilenische Grenze	664
Valle de las Ánimas	633		
Muela del Diablo	635		
Cañón de Palca	635	<b>Anhang</b>	<b>665</b>
Chacaltaya und Nevado Mururata	635		
Valle de Zongo	635	Sprachführer	666
Tiwanaku	636	Glossar	676
Bergsteigen in der Cordillera Real	641	Reisemedizin zum Nachschlagen	678
Trekking in der Cordillera Real	642	Bücher	685
<b>Die Yungas</b>	647	Index	687
Coroico	648	Danksagung	694
Chulumani	652	Bildnachweis	694
<b>Nordwestlich von La Paz</b>	652	Impressum	695
Sorata	652	Kartenverzeichnis	696
Die Umgebung von Sorata	657		
Cordillera Apolobamba	658		
Charazani und Curva	659	<b>Reiseatlas</b>	<b>697</b>