

Inhalt

<u>Unterwegs</u>	<u>4</u>	Handwerksdörfer	130
<u>Highlights</u>	<u>5</u>	Thay-Pagode & Tay-Phuong-Pagode	130
<u>Reiseziel Vietnam</u>	<u>16</u>	Ba-Vi-Nationalpark	131
<u>Bevor es losgeht</u>	<u>17</u>	Co-Loa-Zitadelle	131
<u>Reiserouten</u>	<u>22</u>	Tam-Dao-Bergstation	131
<u>Geschichte</u>	<u>27</u>	Das Beste von Vietnam	133
<u>Kultur</u>	<u>49</u>	Nordostvietnam	141
<u>Essen & Trinken</u>	<u>63</u>	Con Son & Den Kiep Bac	143
<u>Natur & Umwelt</u>	<u>77</u>	Hai Phong	143
<u>Hanoi</u>	<u>86</u>	Rund um Hai Phong	147
Geschichte	87	Ha-Long-Bucht	147
Orientierung	87	Ha-Long-Stadt	152
Praktische Informationen	89	Cat-Ba-Insel	155
Gefahren & Ärgernisse	95	Bai-Tu-Long-Bucht	162
Sehenswertes	96	Mong Cai & die chinesische Grenze	164
Aktivitäten	105	Rund um Mong Cai	165
Stadtspaziergang	106	Lang Son	166
Kurse	108	Cao Bang	168
Hanoi für Kinder	108	Rund um Cao Bang	170
Touren	109	Ba-Be-Nationalpark	172
Feste & Events	109	Thai Nguyen	174
Schlafen	109	Rund um Thai Nguyen	174
Essen	113	Nordwestvietnam	175
Ausgehen	120	Hoa Binh	177
Unterhaltung	121	Song-Da-Stausee (Ho Song Da)	177
Shoppen	124	Mai Chau	177
An- & Weiterreise	125	Moc Chau	179
Unterwegs vor Ort	127	Yen Chau	179
RUND UM HANOI	129	Son La	179
Museum des		Tuan Giao	181
Ho-Chi-Minh-Pfades	129	Pa-Khoang-See	181
Parfüm-Pagode	129	Dien Bien Phu	181
		Muong Lay	184
		Muong Te	185
		Sinho	186
		Lai Chau	186
		Sa Pa	187
		Lao Cai	195
		Bac Ha	196
		Provinz Ha Giang	199

Nördliches Zentralvietnam 203

Ninh Binh	205
Rund um Ninh Binh	207
Cuc-Phuong-Nationalpark	210
Phat Diem	211
Vinh	213
Rund um Vinh	215
Phong-Nha-Höhle	216
Dong Hoi	217
Rund um Dong Hoi	219

Zentralvietnam 220

Entmilitarisierte Zone (DMZ)	222
Dong Ha	228
Lao Bao	230
Quang Tri	230
Hue	230
Rund um Hue	244
Bach-Ma-Nationalpark	249
Suoi Voi (Elefantenquellen)	250
Lang-Co-Strand	251
Hai-Van-Pass & -Tunnel	251
Ba-Na-Bergstation	252
Da Nang	253
Rund um Da Nang	259
Hoi An	263
Rund um Hoi An	279
My Son	281
Tra Kieu (Simhapura)	285
Chien Dan	285

Südliche Zentralküste 286

Quang Ngai	287
Rund um Quang Ngai	289
Sa Huynh	290
Qui Nhon	290
Rund um Qui Nhon	296
Song Cau	299
Tuy Hoa	299
Strände nördlich von Nha Trang	300

Vietnams Bergvölker 301

Nha Trang	309
Rund um Nha Trang	325

Phan Rang & Thap Cham	326
Ninh-Chu-Strand	330
Ca Na	331
Vinh Hao	331
Mui-Ne-Strand	332
Phan Thiet	338
Ta-Cu-Berg	339

Zentrales Hochland 340

Da Lat	341
Rund um Da Lat	351
Di Linh	353
Bao Loc	353
Ngoan-Muc-Pass	354
Buon Ma Thuot	354
Rund um Buon Ma Thuot	357
Plei Ku	361
Kon Tum	364
Rund um Kon Tum	368

Ho-Chi-Minh-Stadt 369

Geschichte	370
Orientierung	370
Praktische Informationen	371
Gefahren & Ärgernisse	379
Sehenswertes	379
Aktivitäten	393
Stadtspaziergang	394
Kurse	396
HCMS für Kinder	396
Touren	397
Feste & Events	397
Schlafen	397
Essen	401
Ausgehen	408
Unterhaltung	410
Shoppen	412
An- & Weiterreise	415
Unterwegs vor Ort	416

Rund um Ho-Chi-Minh-Stadt 419

Cu-Chi-Tunnel	420
Tay Ninh	424
Nui Ba Den	426
Ein-Säulen-Pagode	428
Dai-Nam-Freizeitpark	429
Can Gio	429
Buu-Long-Berg	430
Tri-An-Wasserfall	430

Vung Tau	430
Long Hai	434
Loc-An-Strand	436
Ho-Tram-Strand	436
Ho-Coc-Strand	436
Heiße Quellen von Binh Chau	437
Cat-Tien-Nationalpark	437
Con-Dao-Inseln	439

Mekong-Delta 445

My Tho	447
Rund um My Tho	452
Ben Tre	454
Rund um Ben Tre	455
Vinh Long	456
Tra Vinh	459
Rund um Tra Vinh	462
Sa Dec	462
Cao Lanh	464
Rund um Cao Lanh	466
Can Tho	467
Rund um Can Tho	474
Soc Trang	474
Rund um Soc Trang	477
Bac Lieu	477
Rund um Bac Lieu	478
Ca Mau	478
Rund um Ca Mau	481
Nam Can	481
Long Xuyen	482
Rund um Long Xuyen	483
Chau Doc	484
Rund um Chau Doc	488
Ba Chuc	491
Tuc-Dup-Hügel	491
Ha Tien	491
Rund um Ha Tien	495
Hon Chong	495
Rach Gia	497
Phu-Quoc-Insel	500

Allgemeine Informationen 511

Aktivitäten	511
Arbeiten in Vietnam	513
Botschaften & Konsulate	513
Ermäßigungen	514
Essen	514
Feiertage & Ferien	514
Feste & Events	514
Fotos	514
Frauen unterwegs	515

Freiwilligenarbeit	515	Toiletten	525	Auf dem Landweg	533
Gefahren & Ärgernisse	515	Touristeninformation	525	Touren	537
Geld	518	Unterkunft	525	Über Flüsse	538
Internetzugang	519	Versicherungen	527	UNTERWEGS VOR ORT	538
Karten & Stadtpläne	520	Visa	528	Auto & Motorrad	538
Kinder	520	Wäscherei	529	Bus	540
Klimatabellen	521	Zeit	529	Fahrrad	541
Kurse	521	Zoll	529	Flugzeug	542
Öffnungszeiten	521			Nahverkehr	542
Post	522	Verkehrsmittel & -wege	530	Schiff/Fähre	543
Rechtsfragen	522	AN- & WEITERREISE	530	Touren	543
Reisen mit Behinderung	522	Einreise	530	Trampen	544
Schwule & Lesben	523	Flugzeug	530	Zug	544
Shoppen	523				
Telefon & Fax	524			Gesundheit	547
				VOR DER REISE	547
				Versicherung	547
				Empfohlene Impfungen	548
				Reiseapotheke	548
				Infos im Internet	548
				Weiterführende Literatur	550
				UNTERWEGS	550
				Thrombose	550
				Jetlag & Reiseübelkeit	550
				IN VIETNAM	550
				Medizinische Versorgung	550
				Infektionen	551
				Durchfallerkrankungen	554
				Gesundheitsrisiken	554
				Frauen & Gesundheit	557
				Traditionelle Medizin	557
				Sprache	559
				Glossar	570
				Die Autoren	573
				Hinter den Kulissen	575
				Register	580
				Kartenlegende & Impressum	588