

# Inhalt

<b>Die Autoren</b>	<b>15</b>	Von Vang Vieng nach Luang Prabang (Frühere) Saysomboun- Spezialzone	139 139
<b>Bevor es losgeht</b>	<b>17</b>		
<b>Reiserouten</b>	<b>22</b>		
<b>Überblick</b>	<b>27</b>		
<b>Geschichte</b>	<b>28</b>		
<b>Kultur</b>	<b>49</b>		
<b>Natur &amp; Umwelt</b>	<b>67</b>		
<b>Essen &amp; Trinken</b>	<b>79</b>		
<b>Vientiane &amp; Umgebung</b>	<b>91</b>		
VIENTIANE	92		
Geschichte	92		
Orientierung	92		
Praktische Informationen	93		
Gefahren & Ärgernisse	97		
Sehenswertes	97		
Aktivitäten	106		
Stadtpaziergang von den Monumenten zum Mekong	107		
Kurse	108		
Festivals & Events	108		
Schlafen	109		
Essen	113		
Ausgehen	118		
Unterhaltung	119		
Shoppen	120		
An- & Weiterreise	122		
Unterwegs vor Ort	122		
<b>RUND UM VIENTIANE</b>	<b>125</b>		
Ban Pako	125		
Phou Khao Khouay NPA	126		
Von Vientiane nach Ang Nam Ngum	128		
Ang Nam Ngum	129		
Vang Vieng	130		
<b>Nord-Laos</b>	<b>142</b>		
<b>DIE PROVINZ LUANG PRABANG</b>	<b>144</b>		
Luang Prabang	144		
Rund um Luang Prabang	169		
Nong Khiao	172		
Muang Ngoi Neua	182		
Nam Bak & Pak Mong	184		
<b>DIE PROVINZ XIENG KHOUANG</b>	<b>184</b>		
Phonsavan	185		
Ebene der Tonkrüge	189		
Von Phonsavan nach Nonghet	191		
Muang Khun (das alte Xieng Khouang)	192		
Muang Soui	193		
<b>DIE PROVINZ HOUA PHAN</b>	<b>194</b>		
Sam Neua (Xam Neua)	195		
Rund um Sam Neua	198		
Von Sam Neua nach Vieng Xay	199		
Vieng Xay	199		
Nam Neun	201		
Von Nam Neun nach Nong Khiao	201		
<b>DIE PROVINZ OUDOM XAY</b>	<b>202</b>		
Oudom Xay (Muang Xay)	203		
Rund um Oudom Xay	205		
Über Pak Beng nach Oudom Xay	205		
Pak Beng	205		
<b>DIE PROVINZ LUANG NAM THA</b>	<b>208</b>		
Luang Nam Tha	208		
Boten	214		
Eine Bootsfahrt auf dem Nam Tha	214		
Von Luang Nam Tha nach Houay Xay	216		
Muang Sing	216		
Xieng Kok	223		
<b>DIE PROVINZ PHONGSALY</b>	<b>224</b>		
Phongsaly	224		
Von Oudom Xay nach Phongsaly	227		
Muang Khua	227		

DIE PROVINZ BOKEO	228	Allgemeine Informationen	<u>319</u>	Glossar	<u>377</u>
Houay Xay	229				
Rund um Houay Xay	234				
DIE PROVINZ XAYABOURY	234	Verkehrsmittel & -wege	<u>342</u>	Hinter den Kulissen	<u>379</u>
Xayaboury	235				
Rund um Xayaboury	237				
<b>Zentral-Laos</b>	<b>241</b>	<b>Gesundheit</b>	<b>355</b>	<b>Register</b>	<b>389</b>
DIE PROVINZEN BOLIKHAMXAY & KHAMMOUANE	242	Sprache	<u>367</u>	Kartenlegende & Impressum	<u>396</u>
Pakxan	242				
Von Pakxan nach Lak Sao	244				
Lak Sao	248				
Thakhek	250				
Rund um Thakhek	254				
DIE PROVINZ SAVANNAKHET	258				
Savannakhet (Muang Khanthabuli)	259				
Rund um Savannakhet	263				
Dong Phou Vieng NPA	266				
Xephon & Ho-Chi-Minh-Pfad	267				
<b>Süd-Laos</b>	<b>270</b>				
DIE PROVINZ CHAMPASAK	272				
Pakxe	272				
Rund um Pakxe	278				
Champasak	281				
Wat Phou Champasak	283				
Don Daeng	287				
Oup Moun (Tomo-Tempel)	288				
Kiat Ngong & Ban Phapho	288				
Xe Pian NPA	290				
Si Phan Don (Viertausend Inseln)	291				
Bolaven-Plateau	301				
DIE PROVINZ SARAVAN	305				
Tad Lo	306				
Saravan	307				
Rund um Saravan	309				
DIE PROVINZ SEKONG	310				
Sekong (Muang Lamam)	310				
Rund um Sekong	312				
DIE PROVINZ ATTAPÉU	313				
Attapeu (Samakhi Xay)	314				
Rund um Attapeu	316				
Dong Arpham NPA	318				