

Wissenswertes über Thailand

Von buddhistischen Tempeln zu tropischen Stränden	10
Steckbrief Thailand	12
Natur und Umwelt	14
Die malaiische Halbinsel / Das zentrale Tiefland	14
Der Norden / Umweltprobleme	16
Nationalparks	19
Wirtschaft, Soziales, aktuelle Politik	22
Geschichte	28
Zeittafel	38
Gesellschaft und Alltagskultur	40
Der Buddhismus in Thailand	40
Mönche – Ein Leben nach der Lehre Buddhas	46
Frauen zwischen Tradition und heutigem Alltag	48
Das Leben in einem thailändischen Dorf	50
Ethnische Minderheiten in Nordthailand	52
Wellnessoasen und traditionelle Heilmethoden	56
Feste und Veranstaltungen	57
Die Thaisprache	59
Architektur und Kunst	62
Klöster und Tempel	62
Sawankhalok-Keramik	66
Musik	67
Maskentanz und klassisches Tanztheater	69
Essen und Trinken	71
Kulinarisches Lexikon	78

Wissenswertes für die Reise

Informationsquellen	82
Reise- und Routenplanung	85
Anreise und Verkehr	89
Unterkunft	93
Sport- und Aktivurlaub	95

Einkaufen	97
Ausgehen	98
Gut zu wissen	99
Reisekasse/Reisebudget	103
Reisezeit und Reiseausrüstung	105
Gesundheit	107
Kommunikation	109
Sprachführer	110

Unterwegs in Thailand

Kapitel 1 Bangkok und Umgebung

Auf einen Blick: Bangkok und Umgebung	116
Bangkok	118
Das historische Zentrum	119
Thonburi	134
Aktiv unterwegs: Mit dem Expressboot zu Tempeln und Märkten	136
Aktiv unterwegs: Eine Klongtour in Thonburi	138
Indisches Viertel und Chinatown	138
Das moderne Bangkok	142
Aktiv unterwegs: Ein Bummel über den Chatuchak Weekend Market	156
Tagesausflüge in die Umgebung von Bangkok	163
Damnoen Saduak/Amphawa	163
Sampran Riverside/Samphran Elephant Ground & Zoo	164
Samut Prakan	164
Auf dem Menam Chao Praya nach Norden	167

Kapitel 2 Der Osten

Auf einen Blick: Der Osten	170
Die Ostküste	172
Auf dem Sukhumvit Highway nach Osten	172
Pattaya	173
Die Küste bis Ko Chang	178
Ko Chang	181
Im Nordosten: Der Isarn	183
Khao Yai National Park	183
Aktiv unterwegs: Wandern im Khao Yai National Park	186

Pak Chong / Nakhon Ratchasima (Korat)	188
Phimai	191
Prasat Phanom Rung	193
Prasat Muang Tam,	194
Ban Chiang	195
Am Mekong entlang	196

Kapitel 3 Zentralthailand

Auf einen Blick: Zentralthailand	202
Alte Königstädte in der Tiefebene	204
Bang Pa In	205
Ayutthaya	206
Lopburi	211
Kamphaeng Phet	215
Phitsanulok	216
Sukhothai	218
Aktiv unterwegs: Alt-Sukhothai mit dem Fahrrad erkunden	222
Si Satchanalai	224
Am Rand der Tiefebene	225
Rundfahrt im Grenzgebiet zu Myanmar	225
Lampang	229
Ausflüge von Lampang	230

Kapitel 4 Der Norden

Auf einen Blick: Der Norden	234
Chiang Mai	236
Tempel in der Thanon Tapae	236
Die Altstadt	237
Außerhalb der Altstadt	239
Die Umgebung von Chiang Mai	252
Im Westen von Chiang Mai	252
Ban Tawai	254
Lamphun	255
Ausflug nach San Kamphaeng	258
Tour ins Mae Sa Valley	260
Die Bergwelt im hohen Norden	264
Auf dem Highway Nr. 107 nach Thaton	264
Thaton am Kok River	268

Aktiv unterwegs: Mit dem Schnellboot von Thaton nach Chiang Rai	269
Aktiv unterwegs: Trekkingtour zu den Bergvölkern	270
Akha-Dörfer im Thaton-Tal	272
Mae Salong	272
Sam Yaek und Ban Thoed Thai / Phadua	274
Chiang Rai	275
Doi Tung	278
Mae Sai / Das Goldene Dreieck	280
Chiang Saen / Chiang Khong	282

Rund um den Doi Inthanon	284
Doi Inthanon National Park	284
Über Mae Sariang nach Mae Hong Son	286
Tham-Lot-Tropfsteinhöhle / Pai	290

Kapitel 5 Der Westen

Auf einen Blick: Der Westen	294
Mit der Eisenbahn zur Brücke am Kwai	296
Nakhon Pathom	296
Kanchanaburi	298
Aktiv unterwegs: Kajaktouren in und um Kanchanaburi	299
Mit dem Zug nach Nam Tok	302

Nationalparks und Seen entlang der Grenze	305
Sai Yok National Park	305
Sangkhlaburi	306
Three Pagoda Pass	308
Erawan National Park / Tham Than Lot National Park	309

Kapitel 6 Der Süden

Auf einen Blick: Der Süden	312
Am Golf von Thailand	314
Ratchaburi	314
Phetchaburi	315
Kaeng Krachan National Park / Cha-am	317
Aktiv unterwegs: Mit der Eisenbahn in den Süden	318
Hua Hin	320
Khao Sam Roi Yot National Park	323
Prachuap Khiri Khan / Bang Saphan	325
Chumphon / Chaiya	326
Surat Thani / Ko Samui	327

Aktiv unterwegs: Bootstour zum Ang Thong Marine National Park	336
Ko Pha Ngan	339
Ko Tao	343
Der tiefe Süden	344
Die Insel Phuket	350
Phuket Town	350
Der Westen	355
Der Süden	361
Der Osten	363
Ausflugsziele	364
Aktiv unterwegs: In der Phang Nga Bay	366
Entlang der Andamanenküste	368
Ko Similan Marine National Park / Khao Lak	369
Ko Phi Phi	371
Krabi	373
Ko Lanta	379
Tarutao Marine National Park	381
Register	384
Abbildungsnachweis/Impressum	392

Themen

Reis, die Lebensbasis der Thais	17
Der Elefant – Das Wappentier von Thailand	20
Das Königshaus	26
König Rama Khamhaeng – Der Vater Thailands	32
Meditation – Zu Gast in einem Kloster	44
Prostitution in Thailand	49
Geisterhäuschen	64
Kochschulen in Thailand – Thaiküche für jedermann	76
Der Smaragdbuddha	124
Menam, die Mutter des Wassers	132
Siam- und Leistenkrokodil	166
Thao-Suranari-Fest	189
Constatine Phaulkon – Ein Grieche in Siam	214
Lan Na – Das Reich der Millionen Reisfelder	251
Die Eisenbahn des Todes	300
Ko Samui – Eine Insel wird entdeckt	330
Büffelkämpfe auf Ko Samui	334
Die muslimische Minderheit	348

Alle Karten auf einen Blick

Bangkok und Umgebung: Überblick	117
Bangkok: Das historische Zentrum	122
Bangkok: Thonburi	135
Bangkok: Indisches Viertel und Chinatown	140
Bangkok: Cityplan	144
Der Osten: Überblick	171
Pattaya: Cityplan	174
Die Ostküste	179
Nordosten: Der Isarn	184
Khao Yai National Park	187
Phimai	192
Am Mekong entlang	197
Zentralthailand: Überblick	203
Ayutthaya: Cityplan	206
Lopburi: Cityplan	212
Phitsanulok: Cityplan	217
Alt-Sukhothai: Die Ruinenstadt	220
Das Grenzgebiet zu Myanmar	227
Der Norden: Überblick	235
Chiang Mai: Cityplan	240
Die Umgebung von Chiang Mai	256
Die Bergwelt im Norden	265
Chiang Rai: Cityplan	276
Das Goldene Dreieck	279
Der Nordwesten	285
Mae Hong Son: Cityplan	288
Der Westen: Überblick	295
Von Bangkok nach Westen	297
Entlang der Grenze zu Myanmar	306
Der Süden: Überblick	313
Hua Hin: Cityplan	322
Ko Samui und die Nachbarinseln	332
Phuket Town: Cityplan	352
Phuket Island	356
Phang Nga Bay	367
Krabi und Umgebung	374
► Dieses Symbol im Buch verweist auf die Extra-Reisekarte Thailand	