

Top-Reiseziele

Japan ist ein fernes, Europäern rätselhaft anmutendes Land, reich an alten Tempeln, Schreinen und kulturellen Schätzen. Dazu kommen historische Städtchen und eine landschaftliche Vielfalt von bizarren Vulkanmassiven über weite Ebenen voller Kirschbäume bis zu Inselketten mit stillen Buchten.

❶ ** Akan-Nationalpark

Um drei einzigartige Seen erstrecken sich im Osten der Insel Hokkaido subarktische Urwälder, die besonders zur Herbstzeit in allen Farben leuchten.

Seite 196

❷ ** Daisetsuzan-Nationalpark

Zum größten Nationalpark Japans gehören 2000 m hohe Bergriesen, die ihm den Namen »Dach von Hokkaido« eingetragen haben.

Seite 243

❸ ** Towada-Hachimantai-Nationalpark

Ein glasklarer, riesiger Kratersee, umringt von dichten Wäldern, heißen Quellen und Vulkankegeln

Seite 587

❹ ** Hiraizumi

Das einstige »Kyoto des Nordens« ist heute ein verträumtes Dorf mit einem berühmten Tempel.

Seite 280

❺ ** Matsushima

Die märchenhafte Bucht mit Hunderten von mit Kiefern bewachsenen Felsinseln zählt zu den drei berühmtesten Landschaften Japans.

Seite 403

**6 ** Chubu-Sangaku-
Nationalpark · Japanische
Alpen**

Im Sommer ist die Bergwelt ein viel besuchtes Wanderparadies, im Winter garantiert reichlich Schnee ungetrübten Pistenspaß.

Seite 235

7 ** Nikko

Nikko lockt mit prachtvollen Mausoleen in einem Meer von Zedern, der Nationalpark westlich der Stadt mit landschaftlicher Schönheit.

Seite 466

8 ** Takayama

Die reizvolle Kleinstadt in den Japanischen Alpen ist ein traditionsreiches Kunsthandwerkszentrum, das an das alte Japan erinnert.

Seite 533

9 ** Fuji-san

Der höchste Berg des Landes ist ein Heiligtum und das Ehrfurcht gebietende Wahrzeichen Japans.

Seite 247

10 ** Tokyo

Die Hauptstadt Japans zählt zu den größten Städten der Welt, ist Trendsetterin und unbestrittenes Zentrum des Landes.

Seite 538

11 ** Kamakura

Dank seiner zahlreichen Tempel und Schreine mit wertvollen Kunstschätzen zieht die Stadt Ströme von Besuchern an.

Seite 311

12 ** Matsue

Friedvolles altes Burgstädtchen am Japanischen Meer

Seite 397

13 ** Kyoto

Die einstige Hauptstadt ist das kulturelle Herz Japans und hat – obwohl Millionenstadt – viel alte Atmosphäre bewahrt. Zahllose Tempel, Museen und Kulturschätze machen Kyoto zum bedeutendsten Reiseziel des Landes.

Seite 357

14 ** Himeji

Die klassische japanische Burg – in Himeji kann sie im Original bewundert werden.

Seite 276

13 ** Nara

Die Wiege der japanischen Kultur gab einer ganzen Epoche den Namen und zieht mit ihrem außergewöhnlichen Reichtum an kulturellen Sehenswürdigkeiten heute Scharen von Touristen an.

Seite 441

15 ** Hiroshima

An diesem Ort wurde ein dunkles Kapitel der Weltgeschichte geschrieben – heute ist er eindrucksvolles Mahnmal und zugleich moderne Großstadt.

Seite 284

15 ** Kurashiki

Der malerische, von Kanälen durchzogene Ort mit sehenswerten Museen hat noch weitgehend den Charakter vergangener Zeiten bewahrt.

Seite 353

16 ** Inlandsee - Setonaikai

Zwischen den Hauptinseln Honshu, Shikoku und Kyushu erstreckt sich die Inlandsee – eine reizvolle Inselandschaft mit kleinen Fischerdörfern und verträumten Buchten.

Seite 293

22 ** Kotohira, Kompira-san
Über Hunderte von Stufen erklimmt man den Schrein, bedeutendstes Pilgerziel für Seefahrer und Reisende.
Seite 531

20 ** Yoshino-Kumano-Nationalpark
Die Landschaft des Nationalparks umfasst Berge, Schluchten, Wasserfälle und jede Menge Kirschbäume.
Seite 612

21 ** Koya-san
Zwischen Berggipfeln liegt der buddhistische Klosterkomplex mit einladenden Tempelherbergen.
Seite 346

22 ** Aso-Kuju-Nationalpark
Der Nationalpark umfasst bizarre Bergmassive, weite fruchtbare

Ebenen – und einen der größten Krater der Welt.
Seite 207

22 ** Beppu
Japans berühmtester Kurort verdankt seinen Ruf zahllosen heißen Quellen und brodelnden Höllenteichen.
Seite 219

24 ** Nagasaki
Die farbenfrohe Hafenstadt mit ihrem chinesischen und europäischen Erbe gilt als eine der am schönsten gelegenen des Landes.
Seite 424

25 ** Okinawa
Mildes Klima, Korallenriffe und eine subtropische Vegetation machen die Inselgruppe zum exotischen Reiseziel auch für Japaner.
Seite 484

Lust auf ...

... formvollendete Gärten, atemberaubende moderne Architektur, Trendiges und Traditionelles in Japans Einkaufsparadiesen, trutzige Burgen oder buddhistisches Kulturerbe? Dann finden Sie nachfolgend Anregungen für ihre Reise durch Japan.

GÄRTEN

- **Kenroku-en (Kanazawa)** ▶
Der größte der »drei berühmten Gärten« Japans ist zu jeder Jahreszeit eine bezaubernde Schönheit.
Seite 325
- **Katsura-Villa (Kyoto)**
Der elegante Garten einer kaiserlichen Villa bei Kyoto vereint so typische Elemente wie Teehäuser, Hügel, Brücken und Laternen.
Seite 384
- **Sankei-en (Yokohama)**
Landschaftsgarten eines reichen Kaufmanns der Meiji-Zeit, der dort hin auch ältere Palastgebäude und Teehäuser rettete.
Seite 609

MODERNE ARCHITEKTUR

- ◀ **Miho-Museum**
Ein Meisterwerk von I.M. Pei aus Glas, Stahl und beigem Kalkstein, eingebettet in die Berge Honshus nordöstlich von Kyoto.
Seite 230
- **Jiyu Gakuen Myonichikan Mädchenschule (Tokyo)**
Sowohl die Entwürfe für das Gebäude als auch für die Inneneinrichtung stammen von Frank Lloyd Wright.
Seite 570
- **Ginza (Tokyo)**
Schmale Grundstücke und kühne Entwürfe prägen das Einkaufs- und Geschäftsviertel.
Seite 571

SHOPPING

- **Takayama**
Traditions Handwerk und Kulinarisches aus den Bergen.
Seite 533
- **Daikanyama (Tokyo)** ▶
Angesagtes Trendviertel mit Cafés und Edelboutiquen
Seite 546
- **Kappabashi (Tokyo)**
In puncto Küchenbedarf bleiben keine Wünsche offen. Wie wäre es mit Plastikimitaten von Lebensmitteln?
Seite 579

JAPANISCHE BURGEN

- ◀ **Himeji**
Die »Burg des Weißen Reihers« gilt als klassisches Beispiel einer japanischen Festungsanlage. Zu ihr gehören 38 Gebäude und 21 Tore.
Seite 276
- **Matsumoto**
In der schwarzen »Krähenburg« gibt es einen Balkon zur kontemplativen Mondbetrachtung.
Seite 400
- **Inuyama**
Die einzige Burg in privater Hand hat nunmehr schon fast 500 Jahre ohne Zerstörung überdauert.
Seite 440

BUDDHAS

- **Kamakura** ▶
Berühmter freistehender Bronzebuddha
Seite 319
- **Sanjusangen-do (Kyoto)**
1000 goldene Kannon-Statuen
Seite 370
- **Schatzhaus des Horyuji (Nara)**
Einige der ältesten und beeindruckendsten Boddhisattva-Figuren
Seite 458

HINTERGRUND

14 Rätselhaftes Reich

16 Fakten

- 17 Natur und Umwelt
- 26 **■ Infografik: Japan auf einen Blick**
- 28 *Willkommen im Alltag*
- 30 Bevölkerung · Politik · Wirtschaft

40 Geschichte

- 41 Im Reich der aufgehenden Sonne

54 Religion

- 55 Vielfalt im Glauben
- 58 **■ Special: Zen und der Weg der Samurai**

66 Kunst und Kultur

- 67 Kunsthistorischer Überblick
- 76 Künste und Kunstfertigkeiten
- 84 **■ Special: Bildergeschichten**
- 91 Architektur
- 98 Theater

PREISKATEGORIEN

Restaurants (Preis für ein Hauptgericht, ohne Getränk)

●●●● = 4200 ¥

●●● = 2100–4200 ¥

●● = 1000–2100 ¥

● = unter 1000 ¥

Hotels (Preis für ein DZ)

●●●● = 20 000 ¥

●●● = 12 000–20 000 ¥

●● = 7000–12 000 ¥

● = unter 7000 ¥

Hinweis

Gebührenpflichtige Servicenummern sind mit einem Stern gekennzeichnet: *0180....

- 101 Teezeremonie

- 105 Geishas

106 Berühmte Persönlichkeiten

- 109 **■ Special: Missionare im Auftrag der Medizin**

ERLEBEN UND GENIEßEN

118 Essen und Trinken

- 119 Das Auge isst mit
- 121 **■ Special: Fingerfertigkeit gefragt**
- 123 **■ Typische Gerichte – Traditionell und modern interpretiert**
- 126 **■ Infografik: Der Weg des Tees**
- 128 **■ Special: Sake – Großer Geschmack aus kleinen Bechern**

130 Feiertage · Feste · Events

- 131 In der Tradition verankert
- 134 **■ Special: Mit viel Geschichte und Tamtam**
- 138 **■ Special: Sumo – Kampf der Giganten**

142 Mit Kindern unterwegs


- 143 Nicht nur Plastikroboter

148 Shopping

- 149 Ein Stück Japan für zu Hause

154 Übernachten

- 155 Klein, aber fein
- 158 **■ Special: Ryokan – Japanische Hotelspezialität**



- 160 **Urlaub aktiv**
 161 **Fit bis ins hohe Alter**
 163  **Special: Die »100 berühmten Berge«**

TOUREN

- 170 Touren durch Japan
 172 Unterwegs in Japan
 174 Japans Regionen
 180 Tour 1: Japan einmal anders
 182 Tour 2: Der Berg ruft
 184 Tour 3: Auf Pilgerschaft
 186 Tour 4: Rund um die Inlandsee
 187 Tour 5: Charme des Südens

REISEZIELE VON A BIS Z

- 192 Abashiri
 193 Aizu-Wakamatsu
 196 Akan-Nationalpark
 198 Akita
 199 Ama-no-hashidate
 201 Aomori
 203 Arita
 206 Ashizuri-Uwakai-Nationalpark
 207 Aso · Aso-Kuju-Nationalpark
 211 Awajishima
 213 Bandai-Asahi-Nationalpark
 216  **Infografik: Fukushima – Uergewalt aus der Tiefe**
 219 Beppu
 222  **Infografik: Heiße Quellen in Japan**
 226 Biwa-See
 231 Chichibu-Tama-Nationalpark
 234 Chiran
 235 Chubu-Sangaku-Nationalpark · Japanische Alpen

- 239 Daisen-Oki-Nationalpark
 243 Daisetsuzan-Nationalpark
 247 Fuji-san
 253 Fuji-Seen · Fuji-goko
 255 Fukui
 258 Fukuoka
 265 Hagi
 267 Hakodate
 271 Hakone
 276 Himeji
 278  **3D: Shirasagi-jo – Die Burg des Weißen Reihers**
 280 Hiraizumi
 282 Hirosaki
 284 Hiroshima
 291 Ibusuki
 293 Inlandsee · Setonaikai
 295 Ise-Shima-Nationalpark
 300 Izu-Halbinsel
 308 Kagoshima
 311 Kamakura
 323 Kanazawa
 327 Karatsu
 330 Karuizawa
 331 Kirishima-Yaku-Nationalpark
 334 Kitakyushu
 336 Kobe
 343 Kochi
 346 Koya-san
 349 Kumamoto
 353 Kurashiki
 356 Kushiro
 357 Kyoto
 390  **3D: Kinkakuji – Der Goldene Pavillon**
 397 Matsue
 400 Matsumoto
 403 Matsushima
 404  **Special: Die drei berühmtesten Landschaften**
 408 Matsuyama
 411 Mito
 413 Miyajima Itsukushima
 417 Miyazaki
 419 Morioka

421 Nagano
 424 Nagasaki
 432 Nagoya
 441 Nara
 464 Niigata
 465 Nikko
 470 ■ **3D: Yomei-mon: Das Tor
des Sonnenlichts**
 475 Noto-Halbinsel
 477 Oga-Halbinsel
 479 Okayama
 482 ■ **Infografik: Philo-
sophische Gartenkunst**
 484 Okinawa
 491 Osaka
 502 Otaru
 504 Rishiri-Rebun-
Sarobetsu-Nationalpark
 505 Sado
 507 Saikai-Nationalpark
 509 Sakata
 510 Sapporo
 517 Satsunan-Inseln
 518 Sendai
 521 Shikotsu-Toya-
Nationalpark
 523 Shimonoseki
 525 Shiretoko-Nationalpark
 526 Shizuoka
 528 Takamatsu
 533 Takayama
 535 Tokushima
 537 Tokyo
 564 ■ **Special: Kampai – Prost!**
 568 ■ **3D: Rathaus mit Aussicht**
 572 ■ **Infografik: Moderne
Architektur**
 586 Tottori
 587 Towada-Hachimantai-
Nationalpark
 590 Tsuruga
 562 Tsuwano
 593 Unzen-Amakusa-
Nationalpark
 595 Uwajima
 597 Wakayama

598 Yaba-Hita-Hikosan-Quasi-
Nationalpark
 600 Yamagata
 603 Yamaguchi
 605 Yokohama
 612 Yoshino-Kumano-
Nationalpark

PRAKTISCHE INFORMATIONEN

618 Adressen
 619 Anreise · Reiseplanung
 621 Auskunft
 622 Elektrizität
 623 Etikette
 624 Geld
 625 Gesundheit
 625 Literaturempfehlungen
 627 Medien
 628 Nationalparks
 628 Notrufe
 629 Post · Telekommunikation
 631 Preise · Vergünstigungen
 632 Reisezeit
 633 Sicherheit
 634 Sprache
 640 Toiletten
 640 Verkehr
 642 ■ **Infografik: Shinkansen –
Sicher und schnell**
 645 Zeit

 646 Glossar
 647 Japanisches Pantheon
 649 Register
 657 Verzeichnis der Karten und
Grafiken
 658 Bildnachweis
 659 atmosfair
 660 Impressum
 664 ■ **Kurioses Japan**

Kirschblüte am Heian-Schrein in
 Kyoto