

# 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.

---

## ① \*\* 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

## ② \*\* Daisetsuzan-Nationalpark

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

Seite 243

## ③ \*\* Towada-Hachimantai-Nationalpark

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

Seite 587

## ④ \*\* Hiraizumi

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

Seite 280

## ⑤ \*\* 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 Kunstsäätzen zieht die Stadt Ströme von Besuchern an.

Seite 311

⑫ \*\* Matsue

Friedvolles altes Burgstädtchen am Japanischen Meer

Seite 397

### 12 \*\* Hiroshima

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

Seite 284

### 13 \*\* Kurashiki

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

Seite 353

### 15 \*\* Inlandsee -

#### Setonaikai

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

Seite 293

### 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

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**

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

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

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

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

26 **\*\* 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 dorthin 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**  
**Mädchen schule (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**

Traditionshandwerk 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 Bronzefiguren  
Seite 319

- **Sanjusangen-do (Kyoto)**

1000 goldene Kannon-Statuen  
Seite 370

- **Schatzhaus des Horyuji (Nara)**

Einige der ältesten und beeindruckendsten Bodhisattva-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)

= 20000 ¥

= 12 000–20 000 ¥

= 7000–12 000 ¥

= unter 7000 ¥

#### Hinweis

Gebührenpflichtige Service-nummern 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 – Urgewalt 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: Philosophische 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**