

# Inhalt

---

<b>Malaysia truly Asia .....</b>	<b>8</b>
<b>Malaysia als Reiseland.....</b>	<b>10</b>
<b>Planungshilfe für Ihre Reise .....</b>	<b>13</b>
<b>Vorschläge für Rundreisen .....</b>	<b>18</b>

---

## Wissenswertes über Malaysia

Steckbrief Malaysia .....	22
Natur und Umwelt.....	24
Wirtschaft, Soziales und aktuelle Politik.....	32
Geschichte .....	38
Zeittafel .....	48
Gesellschaft und Alltagskultur .....	50
Architektur, Kunst und Kultur .....	60

---

## Wissenswertes für die Reise

Anreise und Verkehr .....	74
Übernachten .....	79
Essen und Trinken .....	81
Outdoor.....	86
Feste und Veranstaltungen .....	88
Reiseinfos von A bis Z.....	91

---

## Unterwegs in Malaysia

### Kapitel 1 – Kuala Lumpur und die südliche Halbinsel

<b>Auf einen Blick: Kuala Lumpur und die südliche Halbinsel ..</b>	<b>114</b>
<b>Kuala Lumpur und Umgebung.....</b>	<b>116</b>
Orientierung.....	117
Kolonialviertel .....	117
Little India .....	120
Chinatown .....	121
Südliches Zentrum .....	124
Goldenes Dreieck.....	126

Nördlich von Kuala Lumpur .....	139
<b>Aktiv: Elefanten füttern und waschen in Kuala Gandah.</b> .....	141
Südlich von Kuala Lumpur .....	142
<b>Melaka und die Südspitze der Halbinsel.</b> .....	145
Melaka .....	145
Johor Bahru .....	158
Mersing .....	162
Pulau Tioman .....	163
<b>Aktiv: Tauchen und Schnorcheln vor Pulau Tioman</b> .....	168

## Kapitel 2 – Der Nordwesten

<b>Auf einen Blick: Der Nordwesten</b> .....	172
<b>Von Kuala Lumpur nach Pulau Penang</b> .....	174
Fraser's Hill .....	174
Cameron Highlands .....	176
<b>Aktiv: Wandern in den Cameron Highlands.</b> .....	180
Ipoh und Umgebung .....	185
Kuala Kangsar .....	191
Taiping .....	194
Nördlicher East-West-Highway .....	197
<b>Pulau Penang</b> .....	198
George Town .....	198
<b>Aktiv: Streifzug durch die Altstadt von George Town.</b> .....	200
Die Insel Penang .....	212
<b>Aktiv: Wanderung auf den Penang Hill.</b> .....	214
<b>Pulau Langkawi und die Nordwestspitze.</b> .....	220
Pulau Langkawi .....	220
<b>Aktiv: Trekking auf Pulau Langkawi</b> .....	233
<b>Aktiv: Kajaktour durch den Mangrovenwald von Langkawi.</b> .....	234
Die Nordwestspitze der Halbinsel .....	237

## Kapitel 3 – Die Ostküste und das Landesinnere

<b>Auf einen Blick: Die Ostküste und das Landesinnere</b> .....	242
<b>Die Ostküste</b> .....	244
Kota Bharu .....	244
Die Umgebung von Kota Bharu .....	248
Pulau Perhentian und Pulau Redang .....	253

<b>Aktiv:</b> Wanderung auf Pulau Perhentian Besar .....	256
Kuala Terengganu .....	259
Die Küste nördlich von Kuala Terengganu .....	265
Von Kuala Terengganu nach Kuantan .....	268
<b>Aktiv:</b> Meeresschildkröten beobachten bei Cherating .....	270
Kuantan und Umgebung .....	271

<b>Das Landesinnere</b> .....	275
Taman Negara National Park .....	275
<b>Aktiv:</b> Die Besteigung des Bukit Teresek .....	280
Von Jerantut nach Kota Bharu .....	281

## Kapitel 4 – Sarawak

<b>Auf einen Blick: Sarawak</b> .....	290
<b>Kuching und Umgebung</b> .....	292
Kuching .....	292
<b>Aktiv:</b> Bootstour im Kuching Wetlands National Park .....	303
Damai Beach und Santubong Peninsula .....	303
<b>Aktiv:</b> Wandern und Baden im Bako National Park .....	306
Bako National Park .....	307
Kubah National Park .....	308
Matang Wildlife Centre .....	308
Semenggoh Wildlife Centre .....	309
<b>Zentral-Sarawak</b> .....	310
Zwischen Kuching und Sibü .....	310
Sibü .....	310
Auf dem Batang Rajang ins Landesinnere .....	315
Bintulu .....	318
<b>Der Norden von Sarawak</b> .....	320
Miri .....	320
Lambir Hills National Park .....	324
Niah National Park .....	325
<b>Aktiv:</b> Auf Plankenwegen zu den Niah-Höhlen .....	326
Gunung Mulu National Park .....	328
<b>Aktiv:</b> Die schönste Höhlentour .....	330
<b>Aktiv:</b> Die Pinnacles, eine Herausforderung für Trekker .....	334
<b>Brunei</b> .....	337
Von Miri nach Bandar Seri Begawan .....	337
Bandar Seri Begawan .....	339
Muara .....	345
Pulau Labuan (Malaysia) .....	345
Ulu Temburong National Park .....	346

---

## Kapitel 5 – Sabah

<b>Auf einen Blick: Sabah</b> .....	350
<b>Kota Kinabalu und Kinabalu National Park</b> .....	352
Kota Kinabalu und Umgebung .....	352
<b>Aktiv: Mit der Schmalspurbahn zum Rafting</b> .....	360
<b>Aktiv: Wandern im Kinabalu National Park</b> .....	362
Kinabalu National Park .....	363
<b>Aktiv: Die Besteigung des Gunung Kinabalu</b> .....	366
Vom Kinabalu National Park nach Sandakan .....	369
 <b>Der Osten von Sabah</b> .....	 374
Sandakan .....	374
Rund um die Bucht von Sandakan .....	377
Kinabatangan Wildlife Sanctuary .....	381
Lahad Datu und Umgebung .....	383
Danum Valley .....	384
Tawau und der Südosten .....	385

## Kapitel 6 – Singapur

<b>Auf einen Blick: Singapur</b> .....	394
<b>Das Zentrum</b> .....	396
Geschichte .....	396
Marina Bay .....	396
Kolonialviertel .....	399
Chinatown .....	400
<b>Aktiv: Bummel durch die Chinatown</b> .....	401
Orchard Road und Umgebung .....	405
Little India .....	406
Kampong Gelam .....	407
 <b>Außerhalb des Zentrums</b> .....	 409
Nördlich der City .....	409
<b>Aktiv: Spaziergang durch den Botanischen Garten</b> .....	410
Holland Village .....	411
Sentosa .....	411
<b>Aktiv: Sentosa fast umsonst</b> .....	412
 <b>Kulinarisches Lexikon</b> .....	 422
<b>Sprachführer</b> .....	424
 <b>Register</b> .....	 426
<b>Abbildungsnachweis/Impressum</b> .....	432