

Kartenverzeichnis	3
Impressum / Kartenlegende / Haftungsbeschränkung	4

1 FEATURES

Höhepunkte.	12
Geschichte im Überblick	14
Die Küche Perus	18
Kunsthandwerk in Peru.	20
Die Musik Perus.	22
Die Tierwelt Perus	24
Koka – ein Traum in Weiß?	28

2 LAND UND LEUTE

Geografie.	31
Geschichte.	34
Kultur	43
Wirtschaft	53

3 LIMA

Lima	59
Centro Histórico (Altstadt)	63
Museen außerhalb des Zentrums	75
Miraflores und Barranco	77
Umgebung Limas	80
<i>INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten</i>	81

4 ZENTRALES HOCHLAND

Von La Oroya nach Tingo María.	83
Von Tarma nach Ocopa	86
Huancayo	86
Huancavelica	87
Ayacucho	89
<i>INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten</i>	93

5 CUSCO UND DAS HEILIGE TAL

DER INKA

Cusco	97
Umgebung Cuscos	109
Heiliges Tal der Inka	113
Camino Inca – Inka-Trail	121
Machupicchu	122
Choquequirao	129
<i>INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten</i>	130-131

6 TITICACA-SEE

Lago Titicaca	135
Puno	137
Sillustani	139
Inseln des Titicaca-Sees	141
Am Titicaca-Südufer	145
<i>INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten</i>	147

7 AN DER SÜDKÜSTE

Arequipa	149
Von Arequipa südwärts	157
Von Arequipa nach Nasca	160
Ica	166
Paracas	167
Von Pisco nach Pachacámac	170
<i>INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten</i>	174-175

8 ENTLANG DER NORDKÜSTE

Von Lima nach Chimbote	179
Trujillo und Chan Chan	181
Chiclayo und Lambayeque	187
Von Piura nach Máncora	190
Tumbes	192
<i>INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten</i>	193

9 DIE CORDILLERA BLANCA

Cordillera Blanca	197
Huaraz	197
Parque Nacional Huascarán	199
Callejón de Huaylas	200
Cashapampa-Llanganuco-Trek	201
Olleros-Chavín-Trek	204
Chavín de Huántar	205
Kleine Huayhuash-Tour	207
<i>INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten</i>	209

10 NORD-ANDEN

Cajamarca	213
Chachapoyas	218
Kuélap	219
Moyobamba	221
<i>INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten</i>	221

11 AMAZONAS-TIEFLAND

Río Amazonas	225
Yurimaguas	229

Iquitos	229
Pucallpa	233
Oxapampa und Pozuzo	234
Puerto Maldonado	235
Parque Nacional Manú	237
INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten	239

12 REISE-INFORMATIONEN

Reisevorbereitungen	240
Einreiseformalitäten	240
Zoll	240
Klima und Reisezeit	240
Kleidung	240
Währung und Geldwechsel	241
Reisewege nach Peru	241
Flug / Auto / Schiff	241
Reisen in Peru	242
Flug / Mietwagen / Bus / Bahn	242
Schiff / Organisierte Touren	243
Praktische Tipps.	243
Alkohol	243
Alleinreisende Frauen	243
Apotheken	243
Camping	243
Drogen	244
Einkaufen	244
Feiertage	244
Fotografieren	244
Führer	245
Gefahren / Sicherheit	245
Geschäftszeiten	246
Gesundheit.	246
Krankenhäuser	247
Notruf	247
Post und Telefon	247
Presse	248
Restaurants.	248
Strom	248
Taxi	248
Touristen-Hotline	248
Touristenpolizei	248
Trekking.	249
Trinkgeld	249
Uhrzeit.	250
Adressen	250
Botschaften und Konsulate.	250
Touristeninformation	250
Sprachführer.	251
Autoren	252
Register	253