

	SPECIALS
24	Flussfahrten
30	Kinder
52	Kunsth Handwerk
102	Tempelfeste & Theater

	ERSTKLASSIG!
32	Die besten Strände
33	Wohnen mit Stil
50	Das Beste aus Birmas Küchen
90	Hübsche Holzklöster
93	Bagans schönste Tempel
99	Geballte Handwerkskunst
114	Bunte Märkte
118	Tolle Wanderungen

	ALLGEMEINE KARTEN
4	Übersichtskarte der Kapitel
36	Die Lage Myanmars

	REGIONEN-KARTEN
59	Yangon und der Süden
86	Zentral-Myanmar
92	Bagan
113	Shan-Staat
127	Kachin-Staat
133	Ayeyarwady-Delta und Westküste

	STADTPLÄNE
67	Yangon
100	Mandalay

	DETAILKARTEN
62	Shwedagon
92	Bagan

6 Typisch

8	Myanmar ist eine Reise wert!
11	Reisebarometer
12	50 Dinge, die Sie ...
19	Was steckt dahinter?
159	Meine Entdeckungen
160	Checkliste Myanmar

20 Reiseplanung & Adressen

22	Die Reiseregion im Überblick
26	Klima & Reisezeit
27	Anreise
28	Reisen im Land
32	Sport & Aktivitäten
33	Unterkunft
150	Infos von A–Z
156	Register & Impressum

34 Land & Leute

36	Steckbrief
38	Geschichte im Überblick
41	Natur & Umwelt
41	Die Menschen
42	Glaubenswelten
45	Kunst & Kultur
48	Feste & Veranstaltungen
49	Essen & Trinken
51	Shopping
158	Mini-Dolmetscher

54 Top-Touren & Sehenswertes

- 56 Yangon und der Süden
 - 58 Tour ❶ Ins Land der Mon
 - 59 Tour ❷ Im tiefen Süden
 - 60 Unterwegs in Yangon
 - 73 Unterwegs im Süden

 - 84 Zentral-Myanmar
 - 87 Tour ❸ Myanmar's kulturelles Herz
 - 87 Tour ❹ Westlich des Ayeyarwady
 - 88 Unterwegs in Zentral-Myanmar

 - 110 Shan- und Kachin-Staat
 - 112 Tour ❺ Ländliches Idyll im Shan-Staat
 - 112 Tour ❻ Entlang der alten Burma Road
 - 113 Unterwegs im Shan-Staat
 - 127 Tour ❼ Im hohen Norden
 - 128 Unterwegs im Kachin-Staat

 - 130 Ayeyarwady-Delta und die Westküste
 - 132 Tour ❽ An den Golf von Bengalen
 - 132 Tour ❾ Im Land der Rakhine
 - 134 Unterwegs im Ayeyarwady-Delta und an der Westküste

 - 146 Extra-Touren
 - 147 Tour ❿ Myanmar klassisch (2 Wochen)
 - 148 Tour ⓫ Myanmar intensiv (3 Wochen)
 - 149 Tour ⓬ Abseits der Hauptrouten (3 Wochen)
-