

6 Typisch

- SPECIALS
24 Flussfahrten
30 Kinder
52 Kunsthandwerk
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

- 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 ① Ins Land der Mon**
 - 59 Tour ② Im tiefen Süden**
 - 60 Unterwegs in Yangon**
 - 73 Unterwegs im Süden**

 - 84 Zentral-Myanmar**
 - 87 Tour ③ Myanmars kulturelles Herz**
 - 87 Tour ④ Westlich des Ayeyarwady**
 - 88 Unterwegs in Zentral-Myanmar**

 - 110 Shan- und Kachin-Staat**
 - 112 Tour ⑤ Ländliches Idyll im Shan-Staat**
 - 112 Tour ⑥ Entlang der alten Burma Road**
 - 113 Unterwegs im Shan-Staat**
 - 127 Tour ⑦ Im hohen Norden**
 - 128 Unterwegs im Kachin-Staat**

 - 130 Ayeyarwady-Delta und die Westküste**
 - 132 Tour ⑨ An den Golf von Bengalen**
 - 132 Tour ⑩ Im Land der Rakhine**
 - 134 Unterwegs im Ayeyarwady-Delta und an der Westküste**

 - 146 Extra-Touren**
 - 147 Tour ⑪ Myanmar klassisch (2 Wochen)**
 - 148 Tour ⑫ Myanmar intensiv (3 Wochen)**
 - 149 Tour ⑬ Abseits der Hauptrouten (3 Wochen)**
-