

<b>SPECIALS</b>	
25	Kinder
45	Rum
48	Karneval
100	Segeltörns
<b>ERSTKLASSIG!</b>	
29	Top-Spots für Taucher
31	Kolonialer Charme
46	Authentische Inselküche
64	Tipps für Reggae-Fans
71	Nightlife San Juan
86	Gratis am Strand
112	Die quirlichsten Märkte
137	Great Houses: Kolonial – museal?
<b>ALLGEMEINE KARTEN</b>	
4	Übersichtskarte der Kapitel
34	Die Lage der Inseln

<b>REGIONEN-KARTEN</b>	
55	Jamaika
69	Puerto Rico
78	Virgin Islands
89	Anguilla, Saint-Martin
94	St. Kitts & Nevis
98	Antigua
104	Guadeloupe
110	Martinique
115	Dominica
121	Saint Lucia
124	St. Vincent & The Grenadines
127	Grenada
131	Barbados
135	Trinidad
138	Tobago
144	Aruba, Curaçao, Bonaire

<b>STADTTEIL-KARTEN</b>	
72	San Juan

<b>6 Typisch</b>	
8	Die Karibischen Inseln sind eine Reise wert!
11	Reisebarometer
12	50 Dinge, die Sie ...
19	Was steckt dahinter?
159	Meine Entdeckungen
160	Checkliste
<b>20 Reiseplanung &amp; Adressen</b>	
22	Die Reiseregion im Überblick
23	Klima & Reisezeit
26	Anreise
26	Reisen von Insel zu Insel
28	Sport & Aktivitäten
30	Unterkunft
153	Infos von A–Z
155	Register & Impressum

<b>32 Land &amp; Leute</b>	
34	Steckbrief
36	Geschichte im Überblick
37	Natur & Umwelt
39	Die Menschen
40	Kunst & Kultur
43	Feste & Veranstaltungen
44	Essen & Trinken
158	Mini-Dolmetscher

## **50 Top-Touren & Sehenswertes**

- 52 Jamaika**
- 54 Tour ❶** Strandleben von Ocho Rios bis Negril
- 55 Tour ❷** In die Blue Mountains
- 56** Unterwegs auf Jamaika
  
- 67 Puerto Rico**
- 68 Tour ❸** El Yunque und Playa El Luquillo
- 68 Tour ❹** Inselrundfahrt
- 70** Unterwegs auf Puerto Rico
  
- 77 Virgin und Leeward Islands**
- 79 Tour ❺** Inselhüpfen auf den Virgin Islands
- 79 Tour ❻** Streifzug über die Leeward Islands
- 80** Unterwegs auf den Virgin Islands
- 88** Unterwegs auf den Leewards
  
- 102 Französische Antillen**
- 103 Tour ❼** Guadeloupes kleine Schwestern
- 105 Tour ❽** Martiniques grüner Norden
- 106** Unterwegs in der Region
  
- 113 Windward Islands**
- 115 Tour ❾** Wildes Dominica
- 116 Tour ❿** Grenadinen-Hopping
- 116 Tour ⓫** Einmal um die Gewürzinsel Grenada
- 117 Tour ⓬** Historisches Barbados
- 118** Unterwegs auf den Windwards
  
- 140 ABC-Inseln**
- 141 Tour ⓭** Inselhüpfen A–C
- 142** Unterwegs auf den ABC-Inseln
  
- 147 Extra-Touren**
- 148 Tour ⓮** Inselhüpfen für Genießer in 3 bis 4 Wochen
- 150 Tour ⓯** Salsa oder Reggae – Jamaika und Puerto Rico in zwei Wochen
- 151 Tour ⓰** Zwei Wanderwochen auf vier Inseln