

Inhalt

Vorwort	4		
Hinweise zur Benutzung	7		
Nepali- und Sanskritbegriffe	8		
Exkursverzeichnis	8		
Kartenverzeichnis	9		
Abkürzungen	9		
Was man unbedingt wissen muss	10	Überblick	141
Die Regionen im Überblick	12	Swayambhunath –	
Unvergessliches	14	Ichangu Narayan	145
Skurriles	16	Balaju – Nagarjun Stupa – Kakani	145
		Budhanilakantha – Shivapuri – Dhuma Varahi	151
		Bodhnath – Kopan	154
		Bodhnath – Gokarna –	
Kathmandu	18	Sundarijal	155
Einleitung		Gokarna Game Reserve –	
Ankunft auf dem Tribhuvan		Sankhu – Vajra Yogini	158
Airport Kathmandu		Bhaktapur (Bhadgaon)	160
Geschichte		Thimi – Bhaktapur –	
Bevölkerung		Changu Narayan	182
Orientierung		Nagarkot	187
Informationen		Sanga – Banepa – Nala –	
Verkehrsmittel		Panauti	193
Sehenswertes in der Stadt		Dhulikhel – Palanchowk –	
Sehenswertes am Stadtrand		Namobuddha	200
Wichtige Stadtteile		Lubhu	205
Weitere Hotels		Bishankhu Narayan –	
Weitere Restaurants		Godavari – Pulchowki	206
Unterhaltung/Nachtleben		Vajra Varahi – Tika Bhairav –	
Wichtige Adressen		Lele	208
und Telefonnummern		Khokna – Bungamati	211
Weiterreise		Kirtipur	213
		Chobar – Pharping –	
Patan (Lalitpur)	114	Dakshinkali	217
Einleitung	117	Thankot – Mata Tirtha	222
Geschichte	118	Chandragiri	223
Sehenswertes	120		
Unterkunft	134		
		Kathmandu	
		Valley	
			138
		Überblick	
		Swayambhunath –	
		Ichangu Narayan	145
		Balaju – Nagarjun Stupa – Kakani	145
		Budhanilakantha – Shivapuri – Dhuma Varahi	151
		Bodhnath – Kopan	154
		Bodhnath – Gokarna –	
		Sundarijal	155
		Gokarna Game Reserve –	
		Sankhu – Vajra Yogini	158
		Bhaktapur (Bhadgaon)	160
		Thimi – Bhaktapur –	
		Changu Narayan	182
		Nagarkot	187
		Sanga – Banepa – Nala –	
		Panauti	193
		Dhulikhel – Palanchowk –	
		Namobuddha	200
		Lubhu	205
		Bishankhu Narayan –	
		Godavari – Pulchowki	206
		Vajra Varahi – Tika Bhairav –	
		Lele	208
		Khokna – Bungamati	211
		Kirtipur	213
		Chobar – Pharping –	
		Dakshinkali	217
		Thankot – Mata Tirtha	222
		Chandragiri	223
		Pokhara	
			224
		Überblick	
		Swayambhunath –	
		Ichangu Narayan	145
		Balaju – Nagarjun Stupa – Kakani	145
		Budhanilakantha – Shivapuri – Dhuma Varahi	151
		Bodhnath – Kopan	154
		Bodhnath – Gokarna –	
		Sundarijal	155
		Gokarna Game Reserve –	
		Sankhu – Vajra Yogini	158
		Bhaktapur (Bhadgaon)	160
		Thimi – Bhaktapur –	
		Changu Narayan	182
		Nagarkot	187
		Sanga – Banepa – Nala –	
		Panauti	193
		Dhulikhel – Palanchowk –	
		Namobuddha	200
		Lubhu	205
		Bishankhu Narayan –	
		Godavari – Pulchowki	206
		Vajra Varahi – Tika Bhairav –	
		Lele	208
		Khokna – Bungamati	211
		Kirtipur	213
		Chobar – Pharping –	
		Dakshinkali	217
		Thankot – Mata Tirtha	222
		Chandragiri	223

5 Praktische Reisetipps A-Z

240

7 Anhang

368

An- und Rückreise	242	Glossar	370
Ausrüstung	246	Sprachhilfe Nepali	381
Autofahren	251	Literaturtipps	382
Einkaufen und Souvenirs	254	Websites	384
Einreisebestimmungen	258	Register	389
Essen und Trinken	261	Der Autor	396
Geld und Kosten	266		
Gesundheit	270		
Informationen	274		
Internet	274		
Maße und Gewichte	275		
Notfälle	276		
Post und Telefon	277		
Schwule und Lesben	281		
Sicherheit und Kriminalität	282		
Unterkunft	284		
Verhaltenshinweise	288		
Verkehrsmittel	292		
Versicherungen	296		
Zeitverschiebung	297		

6 Land und Leute

298

Geografie	300
Flora und Fauna	303
Nationalparks und Wildreservate	306
Klima	308
Bevölkerung	311
Sprachen	317
Geschichte und Politik	320
Staat und Verwaltung	329
Religionen	331
Feste und Feiertage	340
Kunst und Handwerk	351
Medien	363
Wirtschaft	364
Tourismus	367