

Inhalt

| | |
|-------------------------------|----|
| Vorwort | 7 |
| Hinweise zur Benutzung | 10 |
| Abkürzungen | 10 |
| Was man unbedingt wissen muss | 12 |

Praktische Reisetips A-Z 14

(unter Mitarbeit von *Elfi H. M. Gilissen*)

| | |
|-----------------------------|----|
| An- und Rückreise | 16 |
| Ausrüstung | 21 |
| Autofahren | 27 |
| Einkaufen und Souvenirs | 30 |
| Einreisebestimmungen | 33 |
| Essen und Trinken | 38 |
| Geld und Kosten | 41 |
| Gesundheit | 45 |
| Informationen | 49 |
| Internet | 50 |
| Maße und Gewichte | 50 |
| Notfälle | 51 |
| Post und Telefon | 52 |
| Sicherheit und Kriminalität | 56 |
| Unterkunft | 59 |
| Verhaltenshinweise | 62 |
| Verkehrsmittel | 67 |
| Versicherungen | 72 |
| Zeitverschiebung | 73 |

Land und Leute 74

| | |
|---------------------------------|-----|
| Geografie | 76 |
| Flora und Fauna | 79 |
| Nationalparks und Wildreservate | 82 |
| Klima | 83 |
| Bevölkerung | 86 |
| Sprachen | 93 |
| Geschichte und Politik | 96 |
| Staat und Verwaltung | 105 |
| Religionen | 107 |

| | | | |
|---------------------------|------------|-------------------------------|------------|
| Feste und Feiertage | 116 | Balaju – Nagarjun Stupa – | |
| Kunst und Handwerk | 125 | Kakani | 246 |
| Medien | 134 | Budhanilakantha – Shivapuri – | |
| Wirtschaft | 135 | Dhum Varahi | 250 |
| Tourismus | 137 | Bodhnath – Kopan | 256 |
| | | Bodhnath – Gokarna – | |
| Kathmandu | 138 | Sundarijal | 257 |
| Einleitung | 140 | Gokarna Game Reserve – | |
| Ankunft auf dem Tribhuvan | | Sankhu – Vajra Yogini | 259 |
| Airport Kathmandu | 141 | Bhaktapur (Bhadgaon) | 261 |
| Geschichte | 143 | Thimi – Bhaktapur – | |
| Bevölkerung | 143 | Changu Narayan | 280 |
| Orientierung | 144 | Nagarkot | 285 |
| Informationen | 146 | Sanga – Banepa – Nala – | |
| Verkehrsmittel | 146 | Panauti | 290 |
| Sehenswertes in der Stadt | 149 | Dhulikhel – Palanchowk – | |
| Sehenswertes am Stadtrand | 171 | Namobuddha | 296 |
| Wichtige Stadtteile | 191 | Lubhu | 302 |
| Weitere Hotels | 211 | Bishankhu Narayan – | |
| Weitere Restaurants | 214 | Godavari – Pulchowki | 302 |
| Unterhaltung/Nachtleben | 214 | Vajra Varahi – | |
| Wichtige Adressen | | Tika Bhairav – Lele | 305 |
| und Telefonnummern | 216 | Khokna – Bungamati | 307 |
| Weiterreise | 219 | Kirtipur | 309 |
| | | Chobar – Pharping – | |
| | | Dakshinkali | 313 |
| Patan (Lalitpur) | 222 | Thankot – Mata Tirtha | 318 |
| Einleitung | 224 | Pokhara | 320 |
| Geschichte | 224 | | |
| Sehenswertes | 226 | Anhang | 326 |
| Unterkunft | 240 | | |
| Essen | 241 | Websites | 328 |
| Sonstiges | 241 | Glossar | 328 |
| Anreise | 241 | Sprachhilfe Nepali | 339 |
| | | Literaturtipps | 340 |
| Kathmandu Valley | 242 | Register | 351 |
| Überblick | 244 | Der Autor | 360 |
| Swayambhunath – | | | |
| Ichangu Narayan | 245 | | |