

INHALT

Japan – Inselreich im Osten Asiens	12	Kampf der Schwergewichte	66
DER NORDEN	18	15 Blick auf den Fuji	68
Reiseroute durch die Bergwelt des Norden	20	16 Zu den Küsten der Izu-Halbinsel	74
1 Shiretoko-Halbinsel – Welterbe mit Vulkanen	22	17 Die schwarze Burg von Matsumoto	76
2 Daisetsuzan-Nationalpark – Wanderungen		18 Kiso-Tal – Unterwegs auf der alten Bergstraße	78
durch unberührte Natur	24	19 Handwerkskunst in Takayama	80
3 Kushiro und Akan-Nationalpark	26	20 Die Dächer von Shirakawa-go	82
4 Sapporo – Schneeskulpturen am Boulevard	28	21 Kanazawa und die Noto-Halbinsel	84
Ofuro, Sento und Onsen	30	22 Meiji-mura – Aufbruch in die Moderne	88
5 Morioka – Provinzhauptstadt mit rauem Charme	32	KYOTO UND UMGEBUNG	90
6 Kakunodate und Tazawa-ko – Perlen in Akita	34	Reiseroute durch das Kernland von Japan	92
7 Hiraizumi – fürstliche Geschichte	36	23 Die Schreine von Ise	94
8 Dewa Sanzan – Rituale und Wunderkräfte	38	24 Am sagenumwobenen Biwa-See	98
TOKYO UND DAS ZENTRUM HONSHUS	40	25 Im Nordwesten von Kyoto – die Kunst des Zen	100
Reiseroute von Tokyo ans Japanische Meer	42	26 Im Osten von Kyoto – Tradition und Moderne	104
9 Nikko – opulente Demonstration der Macht	44	Zen – Kultur der Stille	108
10 Shinjuku – Drehscheibe der Metropole	50	27 Im Süden von Kyoto – geschützt vor Unheil	110
11 Shibuya und Harajuku	52	28 In der Phönix-Halle von Uji	114
12 Ueno und Asakusa – im Trubel der Unterstadt	56	29 Nara – die erste Hauptstadt Japans	116
13 Yokohama – Tor zur Welt	60	30 Horyu-ji – Wiege des japanischen Buddhismus	120
14 Kamakura – beim Großen Buddha	61	Archaische Masken, grelle Schminke	122
		31 Die Neonlichter von Osaka	124
		32 Der heilige Berg Koya-san	126

DER WESTEN 130

Reiseroute auf bekannten und ruhigeren Pfaden 132

33 Himeji – die Burg des weißen Reihers 134

**34 Okayama – für Liebhaber von Gärten
und Keramik 136**

35 Kurashiki – Kaufmannshäuser am Kanal 138

Steinmeer und Paradies 140

36 Matsue und Izumo Taisha 142

37 Hiroshima – Stadt des Friedens 144

38 Auf der Schrein-Insel Miyajima 146

Matsuri – Volksfeste mit historischem Flair 150

39 Matsuyama und Dogo Onsen 152

40 Kochi und der Süden von Shikoku 154

KYUSHU UND SÜDLICHE INSELN 156

Reiseroute durch den Süden 158

41 Nagasaki und der erste Kontakt mit Europa 160

42 Kumamoto – Burgstadt mit rauem Charme 162

43 Am Krater des Aso – Bewegte Erde 164

44 Beppu und Yufuin – Onsen für jeden Geschmack 166

Viel mehr als Sushi 168

45 Takachiho – Heimat der Mythen 170

46 Kagoshima – Stadt unter dem Vulkan 172

47 Chiran und seine Samurai-Gärten 174

48 Der Urwald von Yakushima 176

49 Okinawa – Tor zum Süden 178

50 Iriomote – Insel der Hundertjährigen 182

Register 186

Impressum 188