

Inhaltsverzeichnis

	Vorwort	3
	Allgemeine Hinweise	6
	Symbole	8
	Top-Touren in Garhwal, Zaskar & Ladakh	9
	GPS-Tracks und Koordinaten der Ausgangspunkte	10
	Einige landestypische Begriffe	12
	Indien von A bis Z	15
	Wissenswertes zu den Wandergebieten	26
	 Garhwal	40
TOP 1	2 Tage Im Banne der mächtigen Nanda Devi	44
TOP 2	6.00 Std. Pangarchula	50
3	3 Tage Der Pilgerweg zum Hem Kund	52
4	5.00 Std. Das Tal der Blumen	56
5	5.00 Std. Vasudhara-Wasserfall	58
6	4.00 Std. Deoria Tal	61
TOP 7	2 Tage Der Pilgerweg nach Kedarnath	64
8	7 Tage Die Old Yatra Route	68
9	2 Tage Der Pilgerweg zur Quelle des Ganges	83
10	4 Tage Das Hanuman-Tal	87
11	4.00 Std. Der Pilgerweg nach Yamunotri	96
TOP 12	5 Tage Yamunotri-Pass	99
13	3.00 Std. Mussoorie	110
14	7.15 Std. Benog Tibba	113
15	4.15 Std. Pari Tibba	116
	 Zaskar & Ladakh	120
16	9 Tage Die große Zaskar-Durchquerung I.	122
17	3.45 Std. Bardan Gompa	137
18	7.00 Std. Tongde La	140
TOP 19	10 Tage Die große Zaskar-Durchquerung II	144
20	10 Tage Kharnak	164
21	2.45 Std. Leh	181
22	5.45 Std. Phyang Gompa	185
23	2.00 Std. Im Indus-Tal – ein Spaziergang von Thikse nach Shey.	188
24	2.45 Std. Sabu Gompa	190
TOP 25	4 Tage Der Markha-Indus-Trek	192
26	4 Tage Im Schatten des Stok Kangri	200
TOP 27	4 Tage Stok Kangri	208
	 Stichwortverzeichnis	214