

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
Touristische Hinweise	6
Die Top-Touren Ecuadors	6
Symbole	7
Wissenswertes zu Ecuador	16
Informationen und Adressen von A bis Z	33
Übersichtskarte	39
Nördliches Bergland	
1 Las Golondrinas	40
2 Durch die Frailejones von Guandera	46
3 Nariz del Diablo, 3897 m	50
4 Imbabura, 4600 m	54
5 Piñan-Seen und Yana Urcu, 4535 m	58
6 Laguna Cuicocha	63
7 Fuya Fuya, 4263 m	66
8 Rund um den Pondoña	68
9 Zum Kraterrand des Pululahua	71
Zentrales Bergland	
10 Parque Metropolitano	74
11 Loma Lumbisi, 3050 m	76
12 Ungui, 3578 m	78
13 Cruz del Ilaló, 3100 m	79
14 Rucu Pichincha, 4698 m	82
15 Guagua Pichincha, 4794 m – Rucu Pichincha, 4698 m	84
16 Casa Amarilla	88
17 El Agua y La Vida	90
18 Condor Trek	94
19 El Corazón, 4782 m	100
20 Iliniza Norte, 5126 m	104
21 Pasochoa, 4199 m	108
22 Cerro Rumiñahui, 4631 m	111
23 Cotopaxi, 5897 m	114
24 Laguna Quilotoa	116
25 Mirador de la Virgen	122
26 Mirador del Volcán, 2530 m	124
27 Sendero de los Sauces	126

28	Tungurahua Refugios, 3800 m	128
29	Sendero de los Contrabandistas	131
30	El Altar – Laguna Amarilla, 4100 m	134
31	Bosque de Polylepsis, 4300 m	138
32	Templo Machay, 4660 m	141
33	Piedra Negra, 4120 m	144
34	Chimborazo, 6310 m (6267 m)	146
35	Camino del Inca (Inka Trail)	150

Südliches Bergland

36	Laguna Toreadora	154
37	Portada de Burín	156
38	Mandango, 2050 m	160
39	Die »Vergessene Straße«	162
40	Cascadas	164
41	Cerro Solamaco, 3670 m	166

Oriente

42	El Reventador, 3360 m	170
43	Cordillera de los Guacamayos	174
44	Río Pusuno	177
45	Toboganes	180

Küste

46	Durch das Schutzgebiet von Cerro Blanco	182
47	Playa de Los Frailes	184
48	Isla de la Plata – Punta Machete	186
49	San Sebastián	188
50	Sendero El Rocío	192
51	Río Ayampe	195
52	Cerro del Muerto, 65 m	198
53	Laguna El Cancón	200

Galápagos-Inseln

54	Cerro Crocker, 840 m	204
55	El Chato	208
56	Volcán Sierra Negra – Volcán Chico	210
57	Volcán Sierra Negra, 1010 m – Minas de Azufre	213
58	Las Tijeretas	216

	Wanderlexikon Spanisch – Deutsch	218
--	---	------------

	Stichwortverzeichnis	220
--	-----------------------------	------------