

# Wissenswertes über Peru

<b>Drei Welten in einem Land</b>	12
Steckbrief Peru	14
<b>Natur und Umwelt</b>	16
Von der Wüste in den Urwald	16
Pazifikküste · Andenhochland	16
Amazonastiefland	21
Naturparks · Umweltprobleme	22
<b>Wirtschaft, Soziales und aktuelle Politik</b>	24
Wirtschaft	24
Politik und Verwaltung	26
Andengemeinschaft und Mercosur	29
<b>Geschichte und Kultur</b>	30
Die Anfänge · Frühe Hochkulturen: Chavín und Paracas	30
Die Zwischenperiode	31
Der Mittelhorizont: Huari und Tiahuanaco	33
Das Chimú-Reich: Vorgänger der Inka	33
Das Reich der Inka	34
Spanische Kolonialherrschaft	39
Kampf um die Unabhängigkeit	41
Guano-Boom und Salpeterkrieg	42
Peru im 20. Jahrhundert	42
Im neuen Jahrtausend	43
Zeittafel	44
<b>Gesellschaft und Alltagskultur</b>	46
Bevölkerung und Lebensweise	46
Sprachenvielfalt im Andenstaat	49
Traditionen und Alltagskultur	49
Feste und Veranstaltungen	51
Religion und Kult	52
<b>Architektur und Kunst</b>	54
Von Pyramiden und Barockkirchen	54
Kunst und Kunsthandwerk	55
Literatur	57

<b>Essen und Trinken</b>	58
Leckereien aus der Andenküche	58
Vorspeisen und Suppen	58
Hühnchen und andere Hauptgerichte	60
Nachspeisen	61
Getränke	61
Kulinarisches Lexikon	62

## Wissenswertes für die Reise

Informationsquellen	66
Reise- und Routenplanung	70
Anreise und Verkehr	74
Unterkunft	77
Sport und Aktivurlaub	78
Einkaufen	80
Gut zu wissen	82
Reisekasse und -budget	84
Reisezeit und -ausrüstung	86
Gesundheit und Sicherheit	88
Kommunikation	89
Sprachführer	90

## Unterwegs in Peru

### 1 Lima und zentrales Bergland

<b>Auf einen Blick: Lima und zentrales Bergland</b>	96
<b>Lima und Umgebung</b>	98
Geschichte	98
Altstadt	99
Andere sehenswerte Stadtteile und Museen	109
 <b>Von Lima nach Tingo María</b>	 124
Von Lima nach La Oroya	124
Aktiv unterwegs: Wanderung nach Marcahuasi	126
Abstecher von La Oroya nach Pozuzo	129
Aktiv unterwegs: Jeep tour durch die Cordillera Central	130
Von La Oroya nach Tingo María	134

<b>Zentrales Bergland</b>	138
Von La Oroya nach Huancavelica	138
Huancavelica	141
Ayacucho	143
Umgebung von Ayacucho	147

## 2 Südküste und Arequipa

<b>Auf einen Blick: Südküste und Arequipa</b>	150
<b>Die Südküste</b>	152
Von Lima nach Pisco	152
Aktiv unterwegs: Wildwasser-Rafting auf dem Rio Cañete	153
Pisco und Umgebung	155
Aktiv unterwegs: Erkundungen auf der Paracas-Halbinsel	157
Ica und Umgebung	161
Líneas de Nazca	165
Von Nazca nach Cusco	167
Von Nazca nach Tacna	170
Tacna	175
<b>Arequipa und Umgebung</b>	178
Arequipa	178
Ausflüge in die Umgebung von Arequipa	187
Cañón de Colca	189
Aktiv unterwegs: Wandern am Cañón de Colca	194

## 3 Cusco, Valle Sagrado und Machu Picchu

<b>Auf einen Blick: Cusco, Valle Sagrado und Machu Picchu</b>	198
<b>Cusco und Umgebung</b>	200
Geschichte	200
Altstadt	201
Sacsayhuamán	216
Kenko · Puca Pucara und Tambo Machay	218
Aktiv unterwegs: Wanderung von Tambo Machay nach Pisac	219
<b>Valle Sagrado</b>	220
Von Cusco nach Pisac	220
Pisac	220
Von Pisac nach Urubamba	223
Von Cusco nach Urubamba	223

Aktiv unterwegs: Lares Trek	224
Urubamba	226
Ollantaytambo	229
<b>Machu Picchu</b>	232
Aguas Calientes	232
Rundgang durch Machu Picchu	234
Aktiv unterwegs: Camino Inka und Camino Sagrado	238
<b>Von Cusco zum Lago Titicaca</b>	242
Durch das Cusco-Tal nach Andahuaylillas	242
Von Urcos nach Juliaca	244

## 4 Lago Titicaca, La Paz und Umgebung

<b>Auf einen Blick: Lago Titicaca, La Paz und Umgebung</b>	250
<b>Lago Titicaca und Umgebung</b>	252
Puno	252
Bootsausflüge auf dem Lago Titicaca	257
Sillustani	258
Von Puno nach Copacabana	260
Copacabana	261
Aktiv unterwegs: Wanderungen um Copacabana	262
Isla del Sol und Isla de la Luna	264
Lago de Huiñaymarca	266
Tiahuanaco	267
<b>La Paz und Umgebung</b>	272
La Paz	272
Bergland nördlich von La Paz	283
Die Yungas	285
Im Süden von La Paz	288

## 5 Nordperu – Küste und Bergland

<b>Auf einen Blick: Nordperu – Küste und Bergland</b>	294
<b>Die Nordküste</b>	296
Von Lima nach Trujillo	296
Trujillo	299
Umgebung von Trujillo	306
Von Trujillo nach Chiclayo	309
Chiclayo	310

Umgebung von Chiclayo	312
Von Chiclayo nach Piura	315
Piura	317
Umgebung von Piura	319
Von Piura nach Tumbes	320
Tumbes und Umgebung	324
<b>Callejón de Huailas und Cordillera Blanca</b>	328
Anfahrt zum Callejón de Huailas	328
Cordillera Huayhuash	328
Südlicher Callejón de Huailas	329
Chavín de Huántar	329
Recuay	331
Huaraz	332
Umgebung von Huaraz	335
Von Huaraz nach Casma	336
Nördlicher Callejón de Huailas	336
Aktiv unterwegs: Trekking im Parque Nacional Huascarán	340
<b>Cajamarca und Umgebung</b>	342
Anfahrt nach Cajamarca · Cajamarca	342
Ausflüge in die Umgebung von Cajamarca	348
<b>Chachapoyas und Umgebung</b>	350
Anfahrt nach Chachapoyas · Chachapoyas	350
Nördlich von Chachapoyas	352
Südlich von Chachapoyas	354
Aktiv unterwegs: Zu Fuß und per Pferd nach Kuélap	357

## 6 Amazonastiefland

<b>Auf einen Blick: Amazonastiefland</b>	360
<b>Iquitos und Umgebung</b>	362
Iquitos	362
Nähere Umgebung von Iquitos	366
Exkursionen in den Regenwald	366
<b>Pucallpa und Umgebung</b>	370
Pucallpa	370
Laguna Yarinacocha	373
<b>Parque Nacional Manú</b>	374
Aktiv unterwegs: Per Mountainbike in den Manú-Nationalpark	378

<b>Puerto Maldonado und Umgebung</b>	380
Puerto Maldonado	380
Río Madre de Dios und Río Tambopata	381
<b>Register</b>	386
<b>Abbildungsnachweis/Impressum</b>	392