

## **Inhalt**

<b>Vorwort.....</b>	<b>5</b>
<b>Kathmandu.....</b>	<b>9</b>
<b>Patan.....</b>	<b>20</b>
<b>Bakhtapur.....</b>	<b>28</b>
<b>Von Kathmandu nach Dhunche.....</b>	<b>42</b>
<b>Von Dhunche nach Thulo Syabru.....</b>	<b>54</b>
<b>Von Thulo Syabru nach Changdam.....</b>	<b>66</b>
<b>Von Changdam nach Langtang.....</b>	<b>78</b>
<b>Von Langtang nach Kyangjin.....</b>	<b>91</b>
<b>Von Kyangjin zum Tsergo Ri und zurück nach Kyangjin.....</b>	<b>108</b>
<b>Von Kyangjin über Changdam nach Thulo Syabru.....</b>	<b>118</b>
<b>Von Thulo Syabru nach Laurebina.....</b>	<b>126</b>
<b>Von Laurebina nach Gosainkund und zurück nach Sing Gompa.....</b>	<b>130</b>
<b>Von Sing Gompa nach Dhunche.....</b>	<b>136</b>
<b>Von Dhunche nach Kathmandu.....</b>	<b>141</b>
<b>Bodnath, Pashupatinath, Swajambunath und Rückflug nach München.....</b>	<b>145</b>
<b>Glossar.....</b>	<b>154</b>