

Inhalt

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