

Inhalt

Danke	9
Ein glücklicher Mensch (Tensing Norgay)	16
Trekking-Wandern in Nepal	18
1 Auf nach Kathmandu!	22
2 Akklimatisationstrek nach Lukla	28
3 Einmal in Namche Bazar	33
4 Aufstieg zum Gokyo Ri	38
5 Dem Dach der Welt so nahe	45
6 Im fruchtbaren Nepal	56
7 Arun	63
8 Makalu - Bei den großen Expeditionen	68
9 Ein langer Rückweg	73
10 Wieder im Smog	82
11 Taj Mahal und mehr	86
Wissenswertes	90
Die Achttausender Nepals - Daten und Fakten	100
Das Sherpa Volk	102
Glossar	106