

Inhalt

China – ein Reich zwischen Harmonie und Gegensatz	10
China als Reiseland	12
Planungshilfe für Ihre Reise	15
Vorschläge für Rundreisen	20

Wissenswertes über China

Steckbrief China	24
Natur und Umwelt	26
Wirtschaft, Soziales und aktuelle Politik	40
Geschichte	45
Zeittafel	56
Gesellschaft und Alltagskultur	58
Architektur und Kunst	69

Wissenswertes für die Reise

Anreise und Verkehr	80
Übernachten	88
Essen und Trinken	90
Outdoor	95
Feste und Veranstaltungen	96
Reiseinfos von A bis Z	100

Unterwegs in China

Kapitel 1 – Metropolregion Beijing – Tianjin – Hebei

Auf einen Blick: Metropolregion Beijing – Tianjin – Hebei	122
Beijing	124
Platz des Himmlischen Friedens	124
Kaiserpalast	131
Alte Kaiserstadt	134
Auf der Wangfujing	135
Von Buddha zu Konfuzius	136
Central Business District und der Osten	139
Himmelstempel und Süden der Stadt	143

Aktiv: Zu Fuß durch die Hutongs von Xicheng	146
Tempel, Museen und Residenzen im Westen	147
Beijings Nordwesten und der Sommerpalast	151
Ausflüge von Beijing	165
Ming-Gräber	165
Große Mauer bei Badaling	168
In den Westbergen	168
Aktiv: Auf der Großen Mauer von Jinshanling nach Simatai	169
Ausflüge in den Südwesten der Hauptstadt	173
Aktiv: Auf Pilgertour in Badachu	174
Östliche Qing-Gräber	177
Chengde	178
Shanhaiguan	184
Beidaihe	186
Tianjin	188
Alte Chinesenstadt	188
Ehemaliges Konzessionsgebiet	189

Kapitel 2 – Der Nordosten

Auf einen Blick: Der Nordosten	196
Shenyang	198
Sehenswertes	198
Aktiv: Tempel und Natur auf dem Qian Shan	204
Changbai Shan	206
Das Naturschutzgebiet	206
Changchun	208
Sehenswertes	208
Ausflüge von Changchun	211
Harbin	212
Sehenswertes	212
Ausflug von Harbin	217

Kapitel 3 – Am Gelben Fluss

Auf einen Blick: Am Gelben Fluss	220
Rund um Datong	222
Datong	222
Wolkengrat- Grotten	223
Heng Shan und Hängendes Kloster	225
Wutai Shan	226
Taiyuan und Pingyao	229
Taiyuan	229
Pingyao	233
Luoyang und der Song Shan	236
Luoyang	236
Song Shan	239
Provinz Shandong	241
Qufu	241
Zoucheng	245
Tai Shan	245
Aktiv: Über 7000 Treppen auf den Tai Shan	246
Qingdao	249
Ausflug zum Lao Shan	257

Kapitel 4 – Ostchina

Auf einen Blick: Ostchina	260
Die Provinzen Zhejiang und Jiangsu	262
Nanjing	262
Yangzhou	272
Suzhou	277
Ausflüge von Suzhou	285
Hangzhou	287
Aktiv: Vom Drachenbrunnendorf zur Quelle des Laufenden Tigers	292
Shanghai	296
Bund, Volksplatz und Jing'an-Tempel	297
Shanghaier Altstadt	303
Ehemalige Französische Konzession	306
Außerhalb des Zentrums	307
Pudong	308
Putuoshan	319
Aktiv: Auf der Insel Putuoshan	320
Huang Shan	322

Kapitel 5 – Südchina

Auf einen Blick: Südchina	328
Provinz Fujian	330
Quanzhou	330
Chongwu	334
Xiamen	334
Hakka-Tulou westlich von Xiamen	340
Wuyi Shan	342
Hongkong und Macau	344
Hong Kong Island	344
Kowloon	350
New Territories	354
Outlying Islands	354
Macau	364
Guangzhou (Kanton)	373
Stadtbesichtigung	373
Ausflug nach Kaiping	382
Guilin und der Li-Fluss	384
Guilin	384
Rund um Yangshuo	389
Aktiv: Am Li-Fluss – von Yangdi nach Xingping	390
Durch Nord-Guangxi	393
Aktiv: Durch die Reisterrassen von Ping'an nach Dazhai	396
Insel Hainan	398
Haikou	398
Sanya	401

Kapitel 6 – Südwestchina

Auf einen Blick: Südwestchina	406
Provinz Guizhou	408
Guiyang	408
Touren ab Guiyang	410
Von Kaili in die Berge	410
Von Chongqing nach Wuhan	414
Chongqing	414
Ausflug nach Dazu	421
Yangzi-Kreuzfahrt	423
Zhangjiajie- Nationalpark	427
Fenghuang und Umgebung	428
Wuhan	429

Abstecher zum Wudang Shan	435
Zentral-Sichuan	437
Die Provinz Sichuan, Chengdu	437
Ausflüge von Chengdu	447
Aktiv: Wanderung auf den Qingcheng Shan	450
Aktiv: Über 10 000 Treppen auf den Emei Shan	452
Emei Shan	454
Leshan	456
Nord- und West-Sichuan	458
Nord-Sichuan – Huanglong und Jiuzhaigou	458
West-Sichuan	462
Provinz Yunnan	465
Kunming	465
Ausflüge von Kunming	472
Aktiv: Wanderung durch die Westberge (Xi Shan)	474
Xishuangbanna	476
Dali	479
Ausflüge von Dali	482
Lijiang	484
Ausflüge ab Lijiang	487
Shangri-La	489
Lugu-See	490

Kapitel 7 – Seidenstraße

Auf einen Blick: Seidenstraße	494
Xi'an und Umgebung	496
Xi'an	496
Im Osten von Xi'an	506
Im Süden von Xi'an	509
Aktiv: Wandern auf dem Hua Shan	510
Nordwestlich von Xi'an	511
Durch das Lösshochland zum Hexi-Korridor	515
Tianshui und Maji Shan	515
Lanzhou	516
Xiahe und das Kloster Labrang	519
Xining und Umgebung	520
Aktiv: Vogelbeobachtung am Qinghai-See	522
Auf der Nordroute – nach Kashgar	525
Jiayuguan	525
Dunhuang und Umgebung	527
Turfan und Umgebung	530
Kuqa und Umgebung	534

Kashgar	536
---------------	-----

Kapitel 8 – Tibet

Auf einen Blick: Tibet	542
Lhasa und Umgebung	544
Lhasa	544
Umgebung von Lhasa	551
Aktiv: Trekking von Ganden nach Samye	554
Tsethang (Zedang) und das Yarlung-Tal	556
Von Lhasa nach Tsethang	556
Tsethang und Umgebung	556
Gyantse (Gyanze) und Shigatse (Xigaze)	558
Gyantse	558
Shigatse	560
Von Shigatse nach Nepal	563
Sakya	563
Zwischen Shekar (Xegar) und Qomolangma	564
Nach Zhangmu	565
Zhangmu	566
Gyirong	566
Sprachführer	568
Kulinarisches Lexikon	570
Zeittafel	572
Register	573
Abbildungsnachweis	583
Impressum	584

Themen

Fengshui – die Lehre von Wind und Wasser	30
Der Ginkgo – Fossil der Saurierzeit	37
Mit Wanderarbeitern zur Demokratie	43
Die Taiping-Rebellion – Aufstand der Millionen	53
Trigramme, Leibniz und der Computer	61
Der Mondkalender – Quelle des Lebens	68
Der chinesische Film	74
Der Aufstand der Boxer	149
Steifiguren als Seelenwächter	167
Manzhouguo – ein Reich von Japans Gnaden	203

Ursprung im Gelben Löss	232
»Ein Land – zwei Systeme«	355
Magische Zahlen	445
Bücher für die Ewigkeit – Schildkröte mit Stelen.....	501
Die Geschichte der Seidenstraße.....	513

Alle Karten auf einen Blick

Metropolregion Beijing – Tianjin – Hebei: Überblick	123
Beijing-Zentrum	128
Beijing	140
Zu Fuß durch die Hutongs von Xicheng	146
Auf der Großen Mauer von Jinshanling nach Simatai	169
Beijing und Umgebung.....	172
Auf Pilgertour in Badachu.....	174
Tianjin.....	190
Der Nordosten: Überblick	197
Shenyang	200
Tempel und Natur auf dem Qian Shan	204
Changchun.....	209
Harbin.....	214
Am Gelben Fluss: Überblick	221
Taiyuan.....	230
Über 7000 Treppen auf den Tai Shan	246
Qingdao.....	250
Ostchina: Überblick	261
Nanjing.....	264
Yangzhou	274
Suzhou	278
Hangzhou	288
Vom Drachenbrunnendorf zur Quelle des Laufenden Tigers.....	292
Shanghai-Zentrum	300
Shanghai	304
Auf der Insel Putuoshan	320
Südchina: Überblick	329
Quanzhou.....	332
Xiamen.....	336
Hong Kong Island	346
Hongkong.....	348
Kowloon	352
Macau.....	366
Guangzhou.....	374