

INHALT

VORWORT	9
NYAINQENTANGLHA-OST	15
Geographie des Nyainqentanglha-Ost	15
<i>Panoramakarte Nyainqentanglha-Ost</i>	16
Gletscher im Nyainqentanglha-Ost	20
<i>Tabelle Gletscher in China/Tibet</i>	20
<i>Tabelle Gletscher im Nyainqentanglha-Ost</i>	22
Frühere Erforschungen des Nyainqentanglha-Ost	23
<i>Detailkarte Region Sepu Kangri</i>	24
Der Nordwesten nördlich des Yi'ong Tsangpo	30
Zwischen Lhari und dem Basong-See	31
Auf alten Handelspfaden von Punkar nach Lhari	37
<i>Detailkarte Region Manamcho – Chuhepo</i>	38
Zum heiligen Berg Nenang	47
<i>Detailkarte Region Nenang</i>	54
Von Punkar zum Pass Laqing La	55
Probleme mit Einreisegenehmigungen	65
In das Bena-Tal östlich des Basong-Sees	69
<i>Detailkarte Region nordöstlich des Basong-Sees</i>	70
Entlang der Gya Lam	71
Zentral-Region	75
<i>Detailkarte Region Kona-Massiv</i>	78
Das Puyu-Tal	81
<i>Vergleichskarte Gletscherschwund im Puyu-Tal</i>	86
Das Dam-Dol-Tal	87
<i>Vergleichskarte Gletscherschwund im Dam-Dol-Tal</i>	94
Entlang des Yi'ong Tsangpo	95

<i>Detailkarte Region Chung Jung Tso – Goyon-Massiv</i>	96
Von Yi'ong in das Tal Nye Qu.	114
<i>Vergleichskarte Gletscherschwund Qiaqing-Gletscher</i>	116
<i>Panoramakarte Qiaqing-Gletscher</i>	118
<i>Detailkarte Region Hayungarpo – Zepu-Gletscher</i>	120
Der Osten des Nyainqentanglha-Ost.	123
Zum Jalong-Gletscher.	125
Zu den neuen Gletscherseen östlich von Yuri.	133
<i>Detailkarte Region östlich von Yuri</i>	136
<i>Vergleichskarte der neuen Seen im Linzhou-Longba-Tal</i>	142

KANGRI GARPO 147

Geographie des Kangri Garpo	147
<i>Panoramakarte Kangri Garpo</i>	148
<i>Detailkarte Region des westlichen Kangri Garpo</i>	152
Gletscher im Kangri Garpo	153
<i>Tabelle der großen Gletscher im Kangri Garpo</i>	153
Frühere Erkundungen des Kangri Garpo	153
Im westlichen Kangri Garpo	162
Der Ostteil des Kangri Garpo	163
<i>Panoramakarte Ruoni mit Lhagu-Gletscher</i>	166
<i>Detailkarte Region des östlichen Kangri Garpo</i>	170

DEEP GORGE COUNTRY 187

Die Hengduan Mountains – Das Drei-Schluchten-Land	187
<i>Panoramakarte Deep Gorge Country</i>	188
<i>Diagramm der klimatischen Höhenstufen der Provinzen Yunnan und Sichuan</i>	192
<i>Tabelle Gletscher in den Gebirgsketten der Hengduan Mountains</i>	193
<i>Tabelle Gletscher in den Fluss-Systemen der Hengduan Mountains</i>	194
<i>Tabelle Übersicht der höchsten unbestiegenen Gipfel im Deep Gorge Country</i>	196
Frühere Forscher	200
Erkundungen und Bergbesteigungen seit den 1990er Jahren	204
Auf Pilgerpfaden rund um den Meili Xueshan	205

<i>Detailkarte Region Hkakabo Razi</i>	206
<i>Panoramakarte Pilgerweg um den Meili Xueshan</i>	212
<i>Detailkarte Region Meili Xueshan</i>	218
Unterwegs in Tsawarong	223
<i>Detailkarte Region Damyon – Dungri Garpo</i>	228
Auf den Spuren von Bailey und Kingdon-Ward in das Quellgebiet des Irrawaddy	231
<i>Detailkarte Region Yangbayisum</i>	238
<i>Detailkarte Region Mukong Xueshan – Yu-Qu-Schleife</i>	240
Shangri La	247
Auf den Pfaden katholischer Missionare vom Mekong zum Salween	250
<i>Detailkarte Christliche Kirchen zwischen Salween und Mekong</i>	256
Rückkehr in das Deep Gorge Country – Die Welt des F. Kingdon-Ward	261
<i>Übersichtskarte Sechstausender im Deep Gorge Country</i>	264
<i>Detailkarte Region Quelle des Mekong – Qiajajima-Massiv</i>	272
Die Quelle des Mekong	273

ANHANG..... 275

<i>Tabelle Reisekostenrechnung</i>	275
<i>Übersichtskarte Sechstausender im Nyainqentanglha-Ost</i>	276
<i>Tabelle der bis April 2008 bestiegenen Sechstausender im Nyainqentanglha-Ost</i>	278
<i>Tabelle der Top 10 der unbestiegenen Sechstausender im Nyainqentanglha-Ost</i>	278
<i>Tabelle der unbestiegenen Sechstausender im Nyainqentanglha-Ost</i>	278
Bildnachweis	280
Kartennachweis	280
Namensgebung	280
Bibliographie	281
Register	284