

Inhalt

Routenplaner 8

Highlights	8
Reiseziele und Routen	23
Klima und Reisezeit	33
Reisekosten	36

Travelinfos von A bis Z 38

Adressen	39
Anreise	39
Botschaften und Konsulate	41
Einkaufen	42
Essen und Trinken	43
Fair reisen	46
Feste und Feiertage	48
Frauen unterwegs	50
Geld	50
Gepäck	53
Gesundheit	54
Homosexualität	56
Informationen	56
Internet und WLAN	58
Jobben und Freiwilligenarbeit	58
Kinder	59
Maße und Elektrizität	61
Medien	61
Öffnungszeiten	62
Post	62
Reisende mit Behinderungen	62
Sicherheit	63
Sport und Aktivitäten	64
Telefon	70
Transport	71
Übernachtung	80
Unterhaltung	82
Verhaltenstipps	83
Versicherungen	87
Visa	88
Zeit	89
Zoll	89

Land und Leute 90

Geografie	91
Flora und Fauna	93
Umwelt	99
Bevölkerung	103
Geschichte	106
Staat und Politik	125
Wirtschaft	125
Religion	128
Kultur	129

Lima und Umgebung 138

Lima	140
Die Altstadt	142
Miraflores	147
San Isidro	149
Barranco	150
Chorrillos	154
Callao und La Punta	154
San Borja und La Molina	155
Rímac	155
Stadtstrände	156
Die Umgebung von Lima	177
Halbtages- und Tagesausflüge	177
Mehrtägige Touren ab Lima	181

Südperu 186

Von Lima nach Cusco	188
Ayacucho	188
Die Umgebung von Ayacucho	199
Andahuaylas und Umgebung	200
Abancay	201
Von Abancay nach Cusco	203
Choquequirao	204
Cusco	207
Der Salkantay-Trek nach Machu Picchu	208
Plaza de Armas und Kirchen	213
Inkaruinen und Inkamauern	219

Kolonialgebäude	221
Nähere Umgebung von Cusco	237
Östlich und südöstlich	
von Cusco	238
Rundwanderung um den Nevado	
Ausangate	240
Urubamba-Tal	
(Valle Sagrado de los Incas)	243
Pisac	243
Von Pisac nach Urubamba	246
Urubamba	247
Die Umgebung von Urubamba	250
Chinchero	251
Ollantaytambo	252
Einmal heiße Quellen und zurück	254
Machu Picchu und Umgebung	257
Der Inkatrail nach Machu Picchu	257
Machu Picchu	264
Aguas Calientes	
(Machu Picchu Pueblo)	271
Die Umgebung von	
Aguas Calientes	274
Südliches Amazonastiefland	274
Von Cusco zum	
Parque Nacional Manu	277
Reserva de Biosfera und	
Parque Nacional Manu	280
Von Boca Manu nach	
Puerto Maldonado	285
Puerto Maldonado	287
Die Umgebung von	
Puerto Maldonado	292
Auf dem Landweg Richtung	
Brasilien und Bolivien	292
Den Río Madre de Dios fluss-	
abwärts Richtung Bolivien	293
Reserva Nacional Tambopata	295
Quillabamba	297
Vilcabamba Vieja	
(Espíritu Pampa)	298
Richtung Pongo de Mainique	298
Von Cusco nach Puno	299
Sicuani	301
Weiter Richtung Puno	301
Juliaca	301
Die Umgebung von Juliaca	305
Der Titicaca-See	305
Reserva Nacional del Titicaca	306
Puno	309
Die Umgebung von Puno	315

Isla Taquile	317
Isla Amantani	318
Isla Suasi	319
Península Capachica	320
Von Puno nach Copacabana	320
Von Puno über Desaguadero	
nach La Paz	321
Von Puno nach Arequipa	322
Arequipa und Umgebung	322
Arequipa	322
Näheres Umland von Arequipa	336
Von Arequipa ins Colca-Tal	339
Colca-Canyon	339
Von Arequipa zum Cañón de	
Cotahuasi und Valle de	
los Volcanes	349
Rund um Corire und Aplao	349
Valle de los Volcanes	351
Cañón de Cotahuasi	351
Von Arequipa nach Tacna	353
Mollendo	353
Von Mollendo über Mejía	
nach El Fiscal	353
Moquegua	355
Von Moquegua nach Bolivien	356
Ilo	356
Tacna	356
Die Umgebung von Tacna	362
Nach Arica (Chile)	362
Pazifikküste zwischen Arequipa	
und Lima	363
Chala und Puerto Inka	363
Nazca	364
Die Nazca-Linien	369
Weitere Sehenswürdigkeiten	
rund um Nazca	371
Von Nazca nach Abancay	374
Palpa	374
Ica	374
Die Oase Huacachina	379
Pisco	381
Península und Reserva	
Nacional de Paracas	385
Islas Ballestas	390
Tambo Colorado	391
Von Pisco nach Ayacucho	
und Huancavelica	391
Chincha	392
Zwischen Chincha und Lima	393

Zentralperu	394	Die Umgebung von Trujillo	457
Von La Oroya nach Ayacucho	396	Chan Chan	457
La Oroya	396	Weitere Tempelanlagen	
Jauja und Umgebung	396	bei Trujillo	460
Concepción und Umgebung	399	Huanchaco	463
Huancayo	399	Von Trujillo über Huamachuco	
Die Umgebung von Huancayo	405	nach Cajamarca	466
Huancavelica	405	Von Trujillo Richtung Norden	466
Von Huancavelica nach		Chiclayo	467
Ayacucho	408	Die Umgebung von Chiclayo	472
Von La Oroya über Tingo María		Von Chiclayo nach Piura	478
nach Pucallpa	408	Piura	479
Von La Oroya nach Cerro		Die Umgebung von Piura	483
de Pasco	408	Huancabamba und Umgebung	484
Cerro de Pasco	409	Sullana und die Grenze	
Yanahuanca	411	zu Ecuador	484
Huánuco	411	Ayabaca und Umgebung	485
Die Umgebung von Huánuco	414	Talara und Umgebung	485
Tantamayo	414	Die Strände im Norden	486
Tingo María	414	Máncora	487
Von Tingo María nach Pucallpa	419	Von Máncora nach Tumbes	492
Von Tingo María nach Tarapoto	419	Tumbes und Umgebung	493
Von La Oroya über La Merced		Tumbes	493
nach Pucallpa	419	Naturschutzgebiete um Tumbes	496
Tarma	420	Weiterreise nach Ecuador	497
Die Umgebung von Tarma	422	Cordillera Blanca	497
Von Tarma nach La Merced	423	Parque Nacional Huascarán	499
San Ramón	423	Huaraz	501
La Merced	425	Die Umgebuncg von Huaraz	508
Satipo und Umgebung	427	Von Huaraz bis Caraz	510
Oxapampa und Umgebung	428	Caraz	512
Pozuzo und Umgebung	430	Die Umgebung von Caraz	515
Puerto Bermúdez	433	Santa Cruz Trek	516
Puerto Inca und Umgebung	434	Alpamayo-Umrundung	517
Pucallpa	436	Östlich von Huaraz	521
Laguna Yarinacocha	441	Chavín	521
		Chavín de Huántar	522
		Huari	524
		Chacas	525
		Pomabamba und Sihuas	525
		Cordillera Huayhuash	526
		Chiquián	526
		Touren in der Cordillera	
		Huayhuash	526
		Von Chiquián nach Huánuco	527
		Huánuco Viejo	529
		Kurztrekking in der Cordillera	
		Huayhuash	530
Nordperu	444		
Von Lima nach Trujillo	446		
Von Lima bis Huacho	446		
Caral	448		
Casma und Umgebung	448		
Sechín	450		
Tortugas	450		
Chimbote	450		
Trujillo	451		
Koloniale Architektur	453		
Museen	454		

Von Cajamarca nach Chachapoyas	532	Prado, Sqocachi und Miraflores	614
Cajamarca.....	532	Zona Sur.....	616
Die Umgebung von Cajamarca.....	540	Die Umgebung von La Paz	630
Celendin.....	542	Valle de la Luna.....	630
Leymebamba.....	542	Valle de las Ánimas.....	630
Die Umgebung von Leymebamba.....	543	Muela del Diablo.....	630
Kuélap.....	545	Cañón de Palca.....	630
Chachapoyas.....	547	Chacaltaya, Charkiri-Gletscher und Nevado Mururata.....	631
Die Umgebung von Chachapoyas.....	553	Valle de Zongo.....	631
Von Chachapoyas zum Pazifik	555	Tiwanaku.....	633
Von Pedro Ruíz über Jaén nach Loja in Ecuador.....	556	Bergsteigen in der Cordillera Real.....	638
Von Chachapoyas nach Tarapoto	557	Trekking in der Cordillera Real.....	639
Von Chachapoyas nach Rioja.....	557	Die Yungas	644
Rioja.....	557	Coroico.....	644
Moyobamba.....	558	Biken auf der „Todesstraße“.....	646
Tarapoto.....	559	Chulumani.....	650
Die Umgebung von Tarapoto.....	563	Nordwestlich von La Paz	650
Lamas.....	563	Sorata.....	650
Juanjuí.....	564	Die Umgebung von Sorata.....	654
Yurimaguas.....	565	Cordillera Apolobamba.....	655
Bootsfahrt durch den Dschungel.....	566	Charazani und Curva.....	656
Das Amazonasgebiet	568	Ulla Ulla und Pelechuco.....	657
Iquitos.....	568	Südwestlich von La Paz	658
Sehenswertes.....	571	Parque Nacional Sajama.....	658
Tagesausflüge von Iquitos.....	580	Chilenische Grenze.....	661
Reserva Nacional Pacaya-Samiria.....	583		
Mehrtägige Regenwald-Touren.....	584	Anhang	662
Dreiländereck Peru – Brasilien – Kolumbien.....	588	Sprachführer.....	662
		Glossar.....	673
Westbolivien	590	Reisemedizin zum Nachschlagen.....	675
Am und um den Titicaca-See	593	Bücher.....	683
Copacabana.....	593	Mitarbeiter dieser Auflage.....	697
Isla del Sol.....	600	Danksagung.....	698
Isla de la Luna.....	603	Bildnachweis.....	698
Von Copacabana nach La Paz.....	604	Impressum.....	699
La Paz	605	Kartenverzeichnis.....	700
Koloniales Zentrum.....	609		
Das Indígena-Viertel und seine Märkte.....	612	Reiseatlas	701