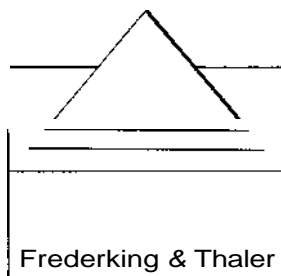


Werner Kirsten

# West-Himalaya

Mit Auto, Bus und zu Fuß  
durch Indiens und Pakistans Bergwelt



# Inhaltsverzeichnis

Vorwort 9

## **Pakistan 15**

**Ein Highway nach China 17**

**Steine, Eis und Hitze -  
der lange Marsch zum K 2 33**

Exkurs: Kalter Krieg in der Todeszone 73

**Weite hinter den Mauern**  
Vom Nanga Parbat über  
die Deosai-Ebene nach Skardu 77

Kurzinfo 90

**Im Schatten des Nanga Parbat**  
Zum Basislager oberhalb  
der »Märchenwiese« 93

Kurzinfo 101

Exkurse:  
Die »Hängenden Gärten« von Hunza 103  
Schamanen - Boten der Götter 111

**Trekking in Pakistan 112**

## **Nordindien 127**

**Klöster zwischen Himmel und Erde**  
Durch Zanskar  
von Manali nach Padum 129

Exkurse:  
Tschörten und Manimauern 146  
Nichts geht ohne den Yak 150

**Brief aus Ladakh**  
Eine Besteigung des Stok Kangri 153

Exkurs: Spielregeln in der Höhe 161

**Trekking in Indien (Zanskar und Ladakh) 164**

Register 172

