

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
Touristische Hinweise	6
Die Top-Touren Ecuadors	6
Symbole	7
Wissenswertes zu Ecuador	16
Informationen und Adressen von A bis Z	33
Übersichtskarte	39
Nördliches Bergland	
1 Las Golondrinas	40
2 Durch die Frailejones von Guandera	46
3 Nariz del Diablo, 3897 m	50
4 Imbabura, 4600 m	54
5 Piñan-Seen und Yana Urcu, 4535 m	58
6 Laguna Cuicocha	63
7 Fuya Fuya, 4263 m	66
8 Rund um den Pondoña	68
9 Zum Kraterrand des Pululahua	71
Zentrales Bergland	
10 Parque Metropolitano	74
11 Loma Lumbisi, 3050 m	76
12 Ungui, 3578 m	78
13 Cruz del Ilaló, 3100 m	79
14 Rucu Pichincha, 4698 m	82
15 Guagua Pichincha, 4794 m – Rucu Pichincha, 4698 m	84
16 Casa Amarilla	88
17 El Agua y La Vida	90
18 Condor Trek	94
19 El Corazón, 4782 m	100
20 Iliniza Norte, 5126 m	104
21 Pasochoa, 4199 m	108
22 Cerro Rumiñahui, 4631 m	111
23 Cotopaxi, 5897 m	114
24 Laguna Quilotoa	116
25 Mirador de la Virgen	122
26 Mirador del Volcán, 2530 m	124
27 Sendero de los Sauces	126

28 Tungurahua Refugios, 3800 m	128
29 Sendero de los Contrabandistas	131
30 El Altar – Laguna Amarilla, 4100 m	134
31 Bosque de Polylepsis, 4300 m	138
32 Templo Machay, 4660 m	141
33 Piedra Negra, 4120 m	144
34 Chimborazo, 6310 m (6267 m)	146
35 Camino del Inca (Inka Trail)	150

Südliches Bergland

36 Laguna Toreadora	154
37 Portada de Burín	156
38 Mandango, 2050 m	160
39 Die »Vergessene Straße«	162
40 Cascadas	164
41 Cerro Solamaco, 3670 m	166

Oriente

42 El Reventador, 3360 m	170
43 Cordillera de los Guacamayos	174
44 Río Pusuno	177
45 Toboganes	180

Küste

46 Durch das Schutzgebiet von Cerro Blanco	182
47 Playa de Los Frailes	184
48 Isla de la Plata – Punta Machete	186
49 San Sebastián	188
50 Sendero El Rocío	192
51 Río Ayampe	195
52 Cerro del Muerto, 65 m	198
53 Laguna El Cañclón	200

Galápagos-Inseln

54 Cerro Crocker, 840 m	204
55 El Chato	208
56 Volcán Sierra Negra – Volcán Chico	210
57 Volcán Sierra Negra, 1010 m – Minas de Azufre	213
58 Las Tijeretas	216

Wanderlexikon Spanisch – Deutsch	218
----------------------------------	-----

Stichwortverzeichnis	220
----------------------	-----