

# JAP AN



Triff Buddha im Hightechland  
Wo Schneeeaffen und wilde Bären leben  
Im Kimono zur Teezeremonie

Reisen mit

**Insider  
Tipps**

# CHECK IN

## MIT DELFINEN SCHWIMMEN

Schlüpf auf *Mikurajima* in den Neoprenanzug und begegne den verspielten Meeressäugern in natürlicher Umgebung. > S.77

## IN HEISSEM SAND BADEN

Vulkanismus kann auch Spaß machen – beim Bad in heißen Quellen und in erhitztem Sand in *Ibusuki* (Foto). > S. 131

## TOKIO VON OBEN BEWUNDERN

Bist du mutig genug, dich auf dem *Tokyo Skytree* 340m über dem Boden auf eine Glasplatte zu stellen? > S.62

## MIT MÖNCHEN MEDITIEREN

Entdeck im Tempeldorf *Koya-san* bei Meditation und vegetarischer Küche deine Spiritualität. > S. 98

## PADDELN DURCH MANGROVEN

Dschungelfeeling pur! Steuer dein Kanu auf der Insel *Iriomote* durch unberührte, artenreiche Küstenwälder. > S.32

## KOCHEN IM HÖLLENDAMPF

Im *Jigoku Mushi Kobo Kannawa* in Beppu kannst du Fleisch und Gemüse im heißen Dampf der Quelle garen. > S.123

## BRAUNBÄREN BEIM FISCHFANG

Abgelegener als im *Shiretoko-Nationalpark* geht kaum! Hier siehst du riesige Braunbären – sicher vom Boot aus. > S.46

# JAP AN

**INSIDER-TIPP**

**Deine  
Abkürzung  
ins Erleben!**

**Reisen mit MARCO POLO  
Insider-Tipps**

# MARCO POLO TOP-HIGHLIGHTS

## MORI BUILDING DIGITAL ART MUSEUM: TEAMLAB BORDERLESS ★

Digitale, interaktive Kunst mit Licht-Animationen, bei denen du selbst kreativ werden kannst. Lass dich von deiner Fantasie durch dieses Labyrinth leiten!

📷 *Tipp: Je aktiver du bist, desto cooler werden deine Fotos. Berühr, was du siehst! Elefanten werden zu Blumen, Schriftzeichen lösen Regen und Blitz aus.*

➤ S. 66, Tokio & der Osten

## KAMAKURA ★

Die alte Kaiserstadt ist voller kultureller Schätze – der größte und gewichtigste ist der auf einer Lotusblüte sitzende Große Buddha Daibutsu.

➤ S. 74, Tokio & der Osten

## SHIRETOKO- NATIONALPARK ★3

Wanderungen und Bootstouren in großartiger Natur: Schau Bären beim Lachsfrühstück zu!

📷 *Tipp: Nimm unbedingt ein gutes Zoomobjektiv mit und eine Kamera, der Spritzwasser nichts ausmacht.*

➤ S. 46, Der Norden

## TOSHOGU-SCHREIN ★4

Die prächtige religiöse Anlage in Nikko mit vielen Tempeln und Schreinen liegt wunderschön inmitten hoher Zedernwälder.

📷 *Tipp: Gegen Nachmittag kann es inmitten der Bäume etwas düster werden, nutze daher die Vormittagsstunden.*

➤ S. 73, Tokio & der Osten

### KAIYUKAN-AQUARIUM ★

Faszinierende Unterwasserwelt in Osaka. Riesige Mantarochen gleiten elegant durchs Wasser und fast durchsichtige Quallen schweben wie Meeresfeen dahin.

➤ S. 96, Zentraljapan

### MIYAJIMA ★

Unweit von Hiroshima leuchtet das zinnoberrote Tor des *Itsukushima*-Schreins vor der Küste der Insel schon von Weitem.

📷 *Tipp: Warte auf die Flut, dann sehen das Tor und der Schrein dahinter aus, als würden sie auf dem Wasser schweben.*

➤ S. 109, Der Westen

### WHALEWATCHING AUF OKINAWA ★

Um die Insel Zamami-jima tummeln sich besonders viele der riesigen Meeressäuger. Ein unvergessliches Erlebnis!

➤ S. 134, Der Süden

### NAOSHIMA ★

Lass dich inspirieren: Moderne Kunst und Museen von berühmten Architekten auf einer Insel in der Seto-Inlandsee.

📷 *Tipp: Nimm Yayoi Kusamas riesige Kürbis-Installation am Ufer ins Visier!*

➤ S. 137, Erlebnistour 1

### JIGOKUDANI-SCHNEEAFFENPARK ★

Nicht nur Menschen, auch Japanmakaken lieben im Winter das Bad in heißen Quellen – werde Zaungast in diesem Tal in den Bergen von Nagano.

➤ S. 83, Zentraljapan

### FUSHIMI INARI-TAISHA ★

Unzählige rote Tore winden sich den Berg hinauf – eine einmalige Kulisse am größten Fuchsschrein Japans in Kyoto (Foto).

➤ S. 90, Zentraljapan

# INHALT



---

## 36 DIE REGIONEN IM ÜBERBLICK

---

## 38 DER NORDEN

42 Sapporo 46 Shiretoko-Nationalpark 47 Hakodate  
48 Aomori 50 Morioka 52 Sendai  
56 Aizu-Wakamatsu

---

## 58 TOKIO & DER OSTEN

62 Tokio 72 Nikko-Nationalpark  
73 Yokohama 74 Kamakura  
75 Fuji-Hakone-Izu-Nationalpark

---

## 78 ZENTRALJAPAN

82 Matsumoto 83 Nagano  
84 Kanazawa 87 Takayama  
87 Nagoya 89 Kyoto 93 Nara  
94 Osaka 98 Kobe

---

## 100 DER WESTEN

104 Okayama 105 Shikoku  
106 Hiroshima 109 Matsue  
113 Omori 114 Hagi

---

## 116 DER SÜDEN

120 Fukuoka 122 Beppu  
123 Kumamoto 126 Nagasaki  
129 Kagoshima 132 Yakushima  
133 Okinawa

## MARCO POLO TOP-HIGHLIGHTS

- 2 Die 10 besten Highlights

## DAS BESTE ZUERST

- 8 ... bei Regen  
9 ... Low-Budget  
10 ... mit Kindern  
11 ... typisch

## SO TICKT JAPAN

- 14 Entdecke Japan  
17 Auf einen Blick  
18 Japan verstehen  
21 Klischeekiste

## ESSEN, SHOPPEN, SPORT

- 26 Essen & Trinken  
30 Shoppen & Stöbern  
32 Sport

## MARCO POLO REGIONEN

- 36 ... im Überblick

## ERLEBNISTOUREN

- 136 Kunst und Architektur am Meer  
140 Rundum-Happy-Amakusa-Inseltour

- 145 Wandern auf dem Michinoku Coastal Trail

## GUT ZU WISSEN

### 148 DIE BASICS FÜR DEINEN URLAUB

*Ankommen, Weiterkommen, Im Urlaub, Feste & Events, Notfälle, Wassertabelle*

### 156 SPICKZETTEL JAPANISCH

*Nie mehr sprachlos*

### 158 URLAUBSFEELING

*Bücher, Filme, Musik & Blogs*

### 160 TRAVEL PURSUIT

*Das MARCO POLO Urlaubsquiz*

### 162 REGISTER & IMPRESSUM

### 164 BLOSS NICHT!

*Fettnäpfchen und Reinfälle vermeiden*

- |  |                                |   |               |
|--|--------------------------------|---|---------------|
|  | Besuch planen                  |  | Essen/Trinken |
| €-€€€  | Preiskategorien                |  | Shoppen       |
| (*)  | Kostenpflichtige Telefonnummer |  | Ausgehen      |
|  |                                |  | Top-Strände   |

(A2) Herausnehmbare Faltkarte

(a2) Zusatzkarte auf der Faltkarte

(0) Außerhalb des Faltkartenausschnitts

## BESSER PLANEN MEHR ERLEBEN!



**Digitale Extras**  
[go.marcopolo.de/app/jap](https://go.marcopolo.de/app/jap)

# DAS BESTE ZUERST



So schön ist Japan zur Kirschblüte! Das Sahnehäubchen: der Fuji





# BEST OF

## BEI REGEN

### SCHÖN, AUCH WENN ES REGNET

#### **DU BIST OLYMPIAREIF!**

Statt Regen wirst du in Sapporo häufiger dicke Flocken vom Himmel fallen sehen. Aber kein Problem: Im *Sapporo Olympic Museum* kannst du im Trockenen per Simulator vom Schanzentisch abheben oder dich mit 130 Stundenkilometern eine virtuelle Bobbahn hinabstürzen.

➤ S. 45, *Der Norden*

#### **TAUSENDUNDEINE STATUE**

In der Tempelhalle *Sanjusangen-do* in Kyoto blicken dich 1001 Statuen der Barmherzigkeitsgöttin Bodhisattva Kannon an, in Lebensgröße. Jede sieht ein bisschen anders aus – findest du die Unterschiede?

➤ S. 90, *Zentraljapan*

#### **AUF TAUCHKURS**

Im *Okinawa-Churaumi-Aquarium* (Foto) werden nur die Fische nass, außer du möchtest im Okinawa-Becken einmal in den Tank greifen, um Seesnecken

zu berühren. Bestaun die eleganten Mantarochen durch die größte Acrylglasscheibe der Welt.

➤ S. 134, *Der Süden*

#### **UNTERIRDISCH WANDERN**

Erkunde die *Akiyoshido-Kalksteinhöhle*, die größte und längste Japans, auf einem gut ausgeleuchteten Weg. Und lausch auf das Rauschen des Flusses und der Wasserfälle!

➤ S. 115, *Der Westen*

#### **WELTGESCHICHTE VERSTEHEN**

Was bedeutet es, wenn eine Atombombe über einer Stadt abgeworfen wird? Im *Friedensmuseum Hiroshima* und im *Atombombenmuseum Nagasaki* erfährst du anhand von Zeitzeugenberichten, Fotos und geschmolzenen Überresten, was die Opfer noch Jahrzehnte nach dem Zweiten Weltkrieg durchmachen mussten.

➤ S. 108, *Der Westen*, S. 127, *Der Süden*

# BEST OF



## LOW-BUDGET

### FÜR DEN KLEINEN GELDBEUTEL

#### SCHNÄPPCHENJAGD AUF HÄPPCHEN

Supermärkte, Kaufhäuser und Bahnhöfe verkaufen viele frische Fertiggerichte. Kurz vor Ladenschluss wird gern der Preis heruntergesetzt – meist zu erkennen an gelben Stickern. Ideal für ein kulinarisches Abenteuer.

#### BLÜTENPRACHT BESTAUNEN

Ob zum *people watching* oder zur Kirschblüte (Foto) – im weitläufigen *Ueno-Park* mit seinen Museen, Cafés und Tempeln bist du immer richtig. Im Sommer ist besonders der Lotusblütenteich wunderschön.

➤ S. 63, Tokio & der Osten

#### GEBRAUCHT IST IN - UND NACHHALTIG

Book OFF, Hard OFF, Hobby OFF, Mode OFF – in Japan gibt es viele große Gebrauchtwarenmärkte, in denen du von Socken über Animefiguren bis zu High-End-Stereoanlagen so ziemlich

alles findest – selbst Dinge, nach denen du nie gesucht hast. Liquor OFF verkauft ungeöffnete Spirituosen.

#### UNTER DIE HAUBE SCHAUEN

Bei Fabrikführungen von *Toyota* und *Mazda* siehst du, wie Fahrzeuge am laufenden Band produziert werden – Probesitzen inklusive. Die Touren sind kostenlos, du musst sie aber vorab online reservieren.

➤ S. 88, Zentraljapan, S. 108, West-japan

#### FÜR 100 YEN SHOPPEN

Bring mir dies mit, bring mir jenes mit – vor einer Japanreise kann die Wunschliste von Familie und Freunden schon mal länger werden. Günstig fündig – und qualitativ für den Preis in Ordnung – wirst du in den *100-Yen-Läden*. Für rund 80 Cent pro Stück, manchmal auch etwas mehr, bekommst du dort alles: Stäbchen, Schälchen, Snacks ...

# BEST OF

## MIT KINDERN



## SPANNENDES FÜR GROSS & KLEIN

### **GRENZENLOS KREATIV**

Tauch ein in ein digitales Meer aus Licht und Farben! Im *Mori Building Digital Art Museum: Teamlab Borderless* wirst du selbst zum Künstler. Über spezielle Scanner können Klein und Groß ihr Selbstgemaltes digitalisieren und so zum Leben erwecken.

➤ S. 66, Tokio & der Osten

### **MIT DINOS AUF DU UND DU**

Viele Kinder gehen durch eine Dinosaurier-Phase – deine auch? Dann rein ins *Fukui Prefectural Dinosaur Museum* mit seinen 42 vollständigen Skeletten. Im Steinbruch könnt ihr selbst nach Fossilien klopfen.

➤ S. 86, Zentraljapan

### **WILDWASSER-ACTION**

Nervenkitzel pur! Aber keine Sorge, die Bootsführer wissen genau, was sie tun! Oft steuern sie die Boote haarscharf, aber immer sicher an den Felsen vorbei und durch Stromschnellen

des *Hozugawa* im Nordwesten von Kyoto – die am Ufer vorbeiziehende Szenerie ist traumhaft.

➤ S. 92, Zentraljapan

### **FOTOSHOOTING MIT SUPER MARIO**

In den *Universal Studios Japan* in Osaka erkundest du mit deiner Familie Filmwelten von „Jurassic Park“ bis „Harry Potter“. Du begegnest Lieblingsfiguren wie den Minions und stürzt dich in der Achterbahn in die Tiefe.

➤ S. 97, Zentraljapan

### **SCHAU MAL, EIN WAL!**

Von Ende Dezember bis Anfang April können Kinder um die *Okinawa-Inseln* den Giganten der Meere begegnen. Zwischen Mai und Oktober seht ihr im *Shiretoko-Nationalpark* beim *Whalewatching* Pottwale, Orcas, Delfine und Seehunde.

➤ S. 134, Der Süden, S. 47, Der Norden

# BEST OF

## TYPISCH



## DAS ERLEBST DU NUR HIER

### KUNSTWERKE AUF RÄDERN

Damit es beim *Nebuta Matsuri* in Aomori so richtig rundgehen kann, werkeln Künstler vorher wochenlang. Die meterhohen, von innen beleuchteten Festwagen aus Holz, Draht und bemaltem Papier werden dann durch die Straßen gezogen, begleitet von Trommlern und Tänzern.

➤ S. 45, *Der Norden*

### BETENDE BAUERNHÄUSER

Mitten in den Bergen liegt *Shirakawago*, eine Reihe von Dörfchen mit einmaligen Bauernhäusern, deren steile Dächern wie zum Gebet gefaltete Hände aussehen (Foto). Sie wurden ohne einen einzigen Nagel errichtet.

➤ S. 87, *Zentraljapan*

### GARTEN MIT VULKAN

Mit seinen Teichen und Bächen, Bambusbäumen und Kiefern ist der *Sen-gan-en-Garten* ein wunderschöner Anblick – auch weil die Silhouette des

aktiven Vulkans dahinter perfekt mit ihm harmoniert. Dank verschiedener Sorten siehst du dort Kirschblüten von Ende Januar bis Mitte April.

➤ S. 130, *Der Süden*

### AUGE IN AUGE MIT DELFINEN

Näher wirst du den Meeressäugern nie kommen! Vor der Küste der Izu-Insel *Mikurajima*, die zu Tokio gehört, kannst du im Sommer mit wilden Delfinen schwimmen.

➤ S. 77, *Tokio & der Osten*

### ÜBERNACHTEN BEI MÖNCHEN

*Koya-san* ist ein abgelegener Ort in den Bergen von Wakayama. Und doch ist er auch ein Zentrum, und zwar eines des Shingon-Buddhismus, mit rund 100 Tempeln, Pagoden, atmosphärischen Friedhöfen und Steingärten. Eine Tempel-Übernachtung mit vegetarischer Mönchsküche ist eine ganz besondere Erfahrung.

➤ S. 98, *Zentraljapan*

# SO TICKT JAPAN



PUSH

Der Shinkansen fährt dich pünktlich, zuverlässig und sicher durch Japan



つなげよう、  
日本。

# ENTDECKE JAPAN



Laut, bunt, busy: An der Shibuya-Kreuzung in Tokio zeigt Japan sich jung und dynamisch

An einem Schrein im Tokioter Geschäftsviertel Toranomon ziehen Gläubige an farbigen Bändern. Eine Glocke ertönt. Dann werfen die Schreinbesucher, darunter auch Geschäftsleute in dunklen Anzügen, eine Münze in eine hölzerne Box, klatschen in die Hände, verbeugen sich, klatschen wieder. Wo früher Bäume und kleine Holzhäuser standen, ragt heute neben dem Heiligtum ein Büroturm aus Glas und Stahl auf. Alt und Neu eng beisammen und miteinander verwoben, das ist typisch Tokio, typisch Japan.

## INSELN OHNE ENDE

„Wer bin ich – und wenn ja, wie viele?“ Wenn sich Japan diese Frage stellen könnte, würde die Antwort lauten: vier große und Tausende kleine. Denn die ostasiatische Inselnation besteht aus vier Hauptinseln – Hokkaido, Honshu,

**660-585 v. Chr.**

Japans erster, mythischer Kaiser Jimmu regiert

**794-1192**

Heian-Zeit: Kyoto ist Hauptstadt

**1192-1333**

Kamakura ist Residenz

**1603-1868**

Edo-Zeit: Reichseinigung, Abschließungspolitik gegenüber dem Ausland, kulturelle Blüte

**Ab 1868**

Meiji-Restauration: Erneuerung der Macht des Kaisers

**1895-1945**

Kriege mit China und Russland; Taiwan und Korea werden Kolonien





Shikoku und Kyushu – und an die 7000 weiteren Eilanden, von denen jedoch nur rund 420 bewohnt sind. Aber selbst wenn man auf der größten Insel Honshu bliebe, könnte man glauben, gleich **mehrere Länder und Klimazonen** zu durchqueren. Während die dem Japanischen Meer zugewandte Seite viel Schnee abbekommt und klimatisch Deutschland ähnelt, hat die Pazifikseite eher Mittelmeerflair. Die Sommer dort sind feucht-schwül – vor allem in den Betonwüsten von Tokio und Osaka –, die Winter sonnig und angenehm mild mit Temperaturen, die kaum unter den Gefrierpunkt fallen. Noch einmal ganz anders sind die Amami- und Okinawa-Inselketten, wo Japan seine im Ausland **kaum bekannte subtropische Seite** zeigt.

Durchschnittlich 23,5 Grad im Jahr, weiße Sandstrände und türkisblaues Meer können sich dort sehen lassen.

## BERGE, BEBEN UND GÖTTER

Doch das auffälligste Merkmal an Japan ist eines, das man sich im Großstadtdschungel kaum vorstellen kann: **Vier Fünftel der Landfläche bestehen aus Bergen**, darunter viele schlafende, aber auch über 100 aktive Vulkane. Der bekannteste ist zugleich der höchste: der 3776 m hohe Fuji – ein Symbol Japans und in der japanischen Naturreligion des Shintoismus als heilig verehrt. 1707 brach er zuletzt aus. 1923 zerstörten ein schweres Erdbeben und nachfolgende Brände Tokio – ein Schicksal, das 1995 auch Kobe ereilte. Die Pazifikküste wurde im vergangenen Jahrhundert nach Unterseebeben mehrfach von Tsunamis heimge-

- 1945** Atombomben auf Hiroshima und Nagasaki, Kapitulation Japans
- 1971** Die USA geben Okinawa an Japan zurück
- 1989-2019** Heisei-Zeit unter Kaiser Akihito
- 2011** Tsunami und Atomkatastrophe in Fukushima
- 2019** Krönung von Kaiser Naruhito, Beginn des Reiwa-Zeitalters
- 2023** Die Besucherzahlen sind höher als vor der Pandemie, auch dank des günstigen Yen