

lonely planet

Japón

Mapa
desplegable
de Tokio

Los mejores
consejos

Experiencias
gastronómicas

Nº 1
LA GUÍA DE
JAPÓN
MÁS VENDIDA
VÉASE INTERIOR
CUBIERTA

geoPlaneta



Japón



EDICIÓN ESCRITA Y DOCUMENTADA POR

Chris Rowthorn,

**Ray Bartlett, Andrew Bender, Laura Crawford, Craig McLachlan,
Rebecca Milner, Simon Richmond, Phillip Tang, Benedict Walker,
Wendy Yanagihara**

PUESTA A PUNTO

Bienvenidos a Japón	6
Mapa de Japón	8
Las 25 mejores experiencias	10
Lo esencial	24
La primera vez	26
Lo nuevo	28
En busca de...	29
Mes a mes	32
Itinerarios	36
Esquí en Japón	48
Viajar con niños	52
Comer y beber como un japonés	54
Japón económico	59
Senderismo	61
Visitar un 'onsen'	63
De un vistazo	66

EXPLORAR

TOKIO	70
Historia	74
Puntos de interés y actividades	75
Cursos	110
Circuitos	110
Fiestas y celebraciones	111
Donde dormir	111
Dónde comer	117
Dónde beber y vida nocturna	126
Ocio	131
De compras	134

MONTE FUJI Y ALREDEDORES DE TOKIO

Los cinco lagos del Fuji	151
Monte Fuji	151
Fuji-Yoshida	155
Kawaguchi-ko	156
Sai-ko	158
Shōji-ko	158
Motosu-ko	158
Yamanaka-ko	159
Al norte de Tokio	159
Nikkō	159
Chūzen-ji Onsen	166
Yumoto Onsen	166

Oeste y suroeste de Tokio	167
Takao-san	167
Región de Oku-Tama	167
Hakone	168
Península de Izu	175

Sur de Tokio	186
Yokohama	186
Kamakura	192
Al este de Tokio	199
Narita	199

Archipiélago de Ogasawara	200
----------------------------------	------------

Chichi-jima	200
Haha-jima	202

ALPES JAPONESES Y HONSHŪ CENTRAL

Nagoya	206
Alrededores de Nagoya	216
Área metropolitana de Nagoya	216
Inuyama	217
Alrededores de Inuyama	219
Gifu	220
Gujō-Hachiman	222

Valle del Kiso y la Nakasendō	223
Magome	223
Tsumago	224
Kiso-Fukushima	225
Narai	225

Distrito de Hida	226
Takayama	226
Hida-Furukawa	233
Shirakawa-gō y Gokayama	234

Prefectura de Fukui	237
Fukui	237
Echizen-Ōno	239

Prefectura de Ishikawa	239
Kanazawa	239
Kaga Onsen	247
Península de Noto	248

Prefectura de Toyama	253
Toyama	253

Matsumoto y alrededores	254
Matsumoto	255
Shirahone Onsen	261
Hirayu Onsen	262
Fukuchi Onsen	263
Shin-Hotaka Onsen	263



SUMIYOSHI TAISHA, OSAKA, P. 353

Sumario

Kamikōchi	265
Azumino	267
Hakuba	267
Nagano y alrededores . 269	
Nagano	269
Togakushi	274
Obuse	275
Nozawa Onsen	276
Shiga Kōgen	278
Bessho Onsen	278
Karuizawa	279
Prefectura de Gunma . 281	
Takasaki	281
Kusatsu Onsen	282
Minakami y Takaragawa Onsen	283

KIOTO..... 286

Historia	290
Puntos de interés	290
Actividades	318
Cursos	319
Fiestas y celebraciones .	319
Dónde dormir	319
Dónde comer	325
Dónde beber y vida nocturna	333
Ocio	335
De compras	336

KANSAI 343

Osaka	345
Kōbe	368
Himeji	375
Prefectura de Shiga ... 377	
Ōtsu	377
Ishiyama-dera	379
Museo Miho	379
Hikone	379
Nagahama	380
Nara	381

Alrededores de Nara .. 390

Templos del suroeste de Nara	390
Alrededores de Yamato-Yagi	391
Asuka	393
Alrededores de Sakurai .	394
Yoshino	394
Península de Kii 396	
Kōya-san	397
Tanabe	402
Shirahama	402
Kushimoto, Shiono- misaki y Kii-Ōshima .	404
Nachi y Kii-Katsuura .	405
Shingū	405
Hongū	406
Yunomine, Watarase y Kawa-yu Onsen .	406
Ise	407
Norte de Kansai 410	
Kinosaki	411
Takeno	413
Península de Tango .	413
Amanohashidate	413
Maizuru	414

HIROSHIMA Y HONSHŪ OCCIDENTAL..... 415

Hiroshima y alrededores 418	
Hiroshima	418
Miyajima	427
Iwakuni	431
Tomo-no-ura	431
Onomichi	433
Islas de la Shimanami Kaidō	436
Okayama y alrededores 437	
Okayama	437
Bizen	442

Kurashiki	443
Shōdo-shima	446
Naoshima	449
Teshima	453
Islas Kasaoka	454
Yamaguchi y alrededores	454
Yamaguchi	455
Akiyoshi-dai	455
Tsuwano	458
Shimonoseki	458
Hagi	462

Matsue y alrededores 466

Matsue	470
Islas Oku	471
Izumo	474
Iwami Ginzan	475
Yunotsu	477
Tottori y alrededores .. 478	
Tottori	478
Daisen	481
Parque Nacional de la Costa de San-in .	481

HONSHŪ SEPTENTRIONAL (TŌHOKU) 482

Prefectura de Niigata . 485	
Niigata	485
Sado-ga-shima	487
Echigo-Yuzawa Onsen .	495
Naeba	496
Myōkō Kōgen	497
Prefectura de Fukushima 497	
Aizu-Wakamatsu .	498
Meseta de Bandai .	500
Kitakata	502
Prefectura de Yamagata 503	
Yamagata	503

EXPLORAR

Yonezawa	505
Zaō Onsen	505
Dewa Sanzan	508
Tsuruoka	510

Prefectura de Akita ... 512

Akita	512
Kakunodate	516
Tazawa-ko	517
Nyūto Onsen	519

Prefectura de Aomori . 520

Aomori	520
Hirosaki	524
Towada-ko	527

Hakkōda-san	529
Península de Shimokita	530

Prefectura de Iwate ... 531

Morioka	532
Hirazumi	535
Tōno	537

Sanriku Kaigan 539

Prefectura de Miyagi . 542

Sendai	542
Matsushima	549
Ishinomaki	551

SAPPORO Y HOKKAIDŌ 552

Sapporo 558

Hokkaidō meridional . 568

Hakodate	568
Al oeste de Hakodate ...	572

Parque Regional de Ōnuma	573
-----------------------------------	-----

Hokkaidō central 574

Otaru	574
Niseko	576
Parque Nacional de Shikotsu-Tōya	579
Tomakomai	585

Hokkaidō septentrional..... 586



MARUYAMA KŌEN, KIOTO,
P. 301

Asahikawa	586
-----------------	-----

Furano	588
--------------	-----

Parque Nacional de Daisetsuzan	591
---	-----

Wakkanai	596
----------------	-----

Parque Nacional de Rishiri- Rebun-Sarobetsu	598
--	-----

Hokkaidō oriental..... 604

Abashiri	604
----------------	-----

Shari	606
-------------	-----

Parque Nacional de Shiretoko	607
---------------------------------------	-----

Parque Nacional de Akan	611
-------------------------	-----

Parque Nacional de los Humedales de Kushiro ..	616
---	-----

Kushiro	618
---------------	-----

Tokachi	619
---------------	-----

SHIKOKU 621

Prefectura de Tokushima 624

Tokushima	624
-----------------	-----

Alrededores de Tokushima	628
-----------------------------------	-----

Valle de Iya	629
--------------------	-----

Tsurugi-san	636
-------------------	-----

Sur de la prefectura de Tokushima 637

Hiwasa	637
--------------	-----

Al sur hasta el Muroto- misaki	638
---	-----

Prefectura de Kōchi ... 639

De Tokushima a Kōchi ...	639
--------------------------	-----

Kōchi	640
-------------	-----

De Kōchi a Ashizuri- misaki	644
--------------------------------------	-----

Ciudad de Shimanto ...	645
------------------------	-----

Ashizuri-misaki	645
-----------------------	-----

Prefectura de Ehime .. 645

Uwajima	645
---------------	-----

De Uwajima a Matsuyama	648
---------------------------------	-----

Matsuyama	650
-----------------	-----

Ishizuchi-san	656
---------------------	-----

Prefectura de Kagawa . 656

De Matsuyama a Takamatsu	657
-----------------------------------	-----

Takamatsu	660
-----------------	-----

Alrededores de Takamatsu	663
-----------------------------------	-----

KYŪSHŪ 665

Prefectura de Fukuoka 668

Fukuoka	668
---------------	-----

Dazaifu	679
---------------	-----

Prefectura de Saga ... 680

Karatsu	680
---------------	-----

Imari	683
-------------	-----

Arita	683
-------------	-----

Sumario

COMPRENDER



PUESTO DE PESCADO ASADO, KIOTO, P. 286

PETER ADAMS/GETTY IMAGES ©

Prefectura de Nagasaki. 684

Nagasaki 684
Hirado 697

Península de Shimabara 698

Unzen 698
Shimabara 700

Prefectura de Kumamoto 702

Kumamoto 702
Zona del Aso-san 707
Kurokawa Onsen 710

Prefectura de Kagoshima 711

Kagoshima 711
Parque Nacional de Kirishima-Yaku 720

Península de Satsuma 721

Prefectura de Miyazaki 724

Miyazaki 725
Aoshima 729
Udo-jingū 730
Obi 730

Nichinan-kaigan y Toi-misaki 730

Saitobaru 731
Takachiho 731

Prefectura de Ōita. 733

Beppu 733
Yufuin 739

Usuki 740

Península de Kunisaki ... 741

OKINAWA Y LAS ISLAS DEL SUROESTE. ... 743

Prefectura de Kagoshima 746

Islas Ōsumi 746
Islas Amami 753

Prefectura de Okinawa. 760

Okinawa-hontō 760
Islas próximas a Okinawa-hontō 768
Islas Miyako 770
Islas Yaeyama 774

Japón hoy 786

Historia 788

La sociedad japonesa . 805

Gastronomía 810

Arte 824

Arquitectura 833

Alojamiento tradicional japonés ... 837

Deporte 840

El arte vivo de las 'geishas' 842

Medio ambiente 844

GUÍA PRÁCTICA

Datos prácticos A-Z ... 850

Transporte 861

Idioma 873

Índice 883

Leyenda de los mapas. 902

DESTACADOS

Fuera de ruta 46

Protocolo en los 'onsen' 64

Mapa del esquí en Japón 50

Museo Nacional de Tokio en 3D VI

Tôdai-ji en 3D XII

Tipos de restaurantes y ejemplos de cartas ... 811

La floración y los colores de otoño en Honshū 845



Bienvenidos a Japón

Japón es un mundo aparte donde floreció una civilización única que hoy prospera entre la tradición y la modernidad. Su espíritu es fuerte, cálido y hospitalario.

Cultura

En el extremo oriental de la Ruta de la Seda, Japón lleva milenios asimilando y refinando la riqueza cultural de toda Asia para crear algo netamente japonés. Desde el esplendor del baile de una *geisha* en Kioto hasta la belleza de un jardín zen, el país fascina hasta al más impasible. Pero la cultura tradicional es solo la mitad de la historia: un envolvente panorama artístico, un diseño muy vivo y un voraz apetito por las tendencias de la cultura pop conforman un paisaje que mezcla lo antiguo y lo nuevo.

Exotismo accesible

Japón cautiva por su bella, insondable y singular cultura. Alojarse en una *ryokan* (posada tradicional japonesa) no tiene nada que ver con hospedarse en un hotel. Sentarse vestido con un batín sobre un tatami a comer pescado crudo y verduras de las montañas seguramente no se repetirá en casa. Bañarse desnudo junto a desconocidos en un onsen (baño termal) se antoja algo raro, pero es de lo más relajante. La amabilidad de los lugareños, las instalaciones impecables y una excelente red de transporte público permiten experimentar todo este exotismo con comodidad.

Comida

Saborear las delicias japonesas en origen es uno de los grandes imanes de Japón, donde es sencillo trazar un itinerario que recorra las especialidades de cada región y sus grandes restaurantes. Basta con probar uno de los locales de *sushi* más selectos de Tokio, o un buen plato de fideos recién elaborados en la barra de alguna estación, para comprobar a qué viene tanto revuelo. El esmerado cuidado al detalle, una presentación que sobrepasa la genialidad y el empeño por obtener los mejores ingredientes resultan en unos platos que pueden modificar la idea de lo que es posible en el ámbito culinario.

Al aire libre

Las maravillas naturales del país son su secreto mejor guardado. El senderismo por los Alpes Japoneses y Hokkaidō es de primer nivel, y la extensa red de cabañas permite realizar excursiones de varios días equipado con una mochila y poco más. En el sur, los arrecifes de coral de Okinawa hacen dudar de si se está en Tailandia. Además, la naturaleza nunca queda muy lejos: grandes ciudades como Kioto están a un paso de las montañas más boscosas.



Por qué amo Japón

Por Chris Rowthorn, autor

He pasado casi toda mi vida en Japón, que ya es como mi casa. La comida me entusiasma: es increíblemente variada y estimulante y siempre hay algo por descubrir. Me apasiona combinar una caminata por las montañas con un largo remojón en un onsen. Pero lo que más me encanta es el talante meticuloso y cuidadoso de los japoneses, que se refleja en todo, desde los trenes que pasan a la hora exacta hasta su arte sublime. El conjunto aún me intriga, aunque lleve dos décadas viviendo allí.

Para más información sobre los autores, véase p. 903.

NUESTROS AUTORES



Chris Rowthorn

Autor coordinador, Kioto Chris vive en Kioto desde 1992. Trabajó como corresponsal regional para el *Japan Times* en 1995 y se incorporó a Lonely Planet en 1996. Ha trabajado en las guías Lonely Planet *Japan*, *Kyoto*, *Hiking in Japan* y *Tokyo*. Habla y lee japonés con fluidez, y ha aparecido en la TV local presentando templos secretos de Kioto. Su esposa es del barrio de Arashiyama (Kioto) y tienen dos niños orgullosos de ser multiculturales. Chris dirige Chris Rowthorn Tours (www.chrisrowthorn.com), que ofrece circuitos privados e información de Kioto y el resto de Japón. También se ocupa de www.insidekyoto.com, su blog personal sobre Kioto.



Ray Bartlett

Kyūshū Ray llegó a Kagoshima en 1993 y, en muchos sentidos, nunca se ha ido: hoy es su segundo hogar. Aunque está en la prefectura más meridional del Japón interior, ha recorrido Kyūshū tantas veces que ha perdido la cuenta. Sus aficiones incluyen los *onsen*, el surf y el excursionismo, como demuestra esta edición de *Japan*. Para saber más sobre Ray y/o contactar con él, visítese www.Kaisora.com o consúltese sus sugerencias sobre *onsen* en www.OnsenJapan.net. Divide su

tiempo entre Japón, México y EE UU.

Más información sobre Ray en:
<http://auth.lonelyplanet.com/profiles/kaisora>



Andrew Bender

Kansai Francia estaba cerrada, así que al terminar la universidad Andrew abandonó su Nueva Inglaterra natal para ir a buscar trabajo en Japón. Aquella experiencia le cambió la vida. Desde entonces ha aprendido a comer con palillos, a hablar japonés, a cantar en el karaoke y a dominar la etiqueta del calzado. Ahora vive en Los Ángeles y escribe sobre Japón para *Los Angeles Times*, revistas de aerolíneas y para una docena de títulos de Lonely Planet, además de llevar el

blog de viajes Seat 1A de Forbes. También trabaja como consultor cultural para negocios japoneses y acompaña a viajeros a Japón. Su web es www.wheres-andy-now.com.



Laura Crawford

Hiroshima y alrededores, Okayama y alrededores Laura descubrió Japón cuando estudiaba japonés en Kansai. Después recorrió todo el país, vivió en Osaka dos años, escribió una tesis sobre el inglés japonés y terminó de editora en la oficina de Lonely Planet en Melbourne. Hoy trabaja como editora de destinos en la oficina de Londres, pero no puso reparos en abandonarla para volver a Japón. En twitter es @crawfplanet.

Más información sobre Laura en:
<http://auth.lonelyplanet.com/profiles/crawfplanet>

PÁGINA MÁS
ANTERIOR AUTORES

geoPlaneta

Av. Diagonal 662-664, 08034 Barcelona
viajeros@lonelyplanet.es
www.geoplaneta.com - www.lonelyplanet.es

Lonely Planet Publications

Locked Bag 1, Footscray, Victoria 3011, Australia
☎ 61 3 8379 8000 - fax 61 3 8379 8111
(Oficinas también en Reino Unido y Estados Unidos)
talk2us@lonelyplanet.com.au

Japón

5ª edición en español – enero del 2016
Traducción de *Japan*, 14ª edición – septiembre del 2015
1ª edición en español – marzo del 2006

Editorial Planeta, S.A.

Con la autorización para la edición en español de Lonely Planet Publications
Pty Ltd A.B.N. 36 005 607 983, Locked Bag 1, Footscray, Melbourne, VIC 3011,
Australia

Reservados todos los derechos. No se permite la reproducción total o parcial de este libro, ni su incorporación a un sistema informático, ni su transmisión en cualquier forma o por cualquier medio, sea este electrónico, mecánico, por fotocopia, por grabación u otros métodos, sin el permiso previo y por escrito del editor. La infracción de los derechos mencionados puede ser constitutiva de delito contra la propiedad intelectual (Art. 270 y siguientes del Código Penal).

Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesita fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puede contactar con CEDRO a través de la web www.conlicencia.com o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Lonely Planet y el logotipo de Lonely Planet son marcas registradas de Lonely Planet en la Oficina de Patentes y Marcas de EE UU y otros países. Lonely Planet no autoriza el uso de ninguna de sus marcas registradas a establecimientos comerciales tales como puntos de venta, hoteles o restaurantes. Por favor, informen de cualquier uso fraudulento a www.lonelyplanet.com/ip.

El papel utilizado para la impresión de este libro es cien por cien libre de cloro y está calificado como papel ecológico.

Aunque Lonely Planet, geoPlaneta y sus autores y traductores procuran que la información sea lo más precisa posible, no garantizan la exactitud de los contenidos de este libro, ni aceptan responsabilidad por pérdida, daño físico o contratiempo que pudiera sufrir cualquier persona que lo utilice.

- © Textos y mapas: Lonely Planet, 2015
- © Fotografías 2015, según se relaciona en cada imagen
- © Edición en español: Editorial Planeta, S.A., 2016
- © Traducción: Alberto Delgado, Alfonso Díaz, Raquel García Ulldemolins, Roser Soms, 2016

ISBN: 978-84-08-14835-7

Déposito legal: B. 21.260-2015
Impresión y encuadernación: Egedsa
Printed in Spain – Impreso en España



Para conocer la esencia del lugar



Experiencias asombrosas

Con fotografías sugerentes, los lugares imprescindibles y toda la información de primera mano.



Organizar el viaje perfecto

Herramientas para planificar la visita e itinerarios para preparar el viaje ideal.



Más allá de las rutas trilladas

Nuestros autores desvelan los secretos locales que harán del viaje algo único.

Cobertura especial

- Senderismo y esquí en Japón
- Alojamiento tradicional
- Gastronomía, 'onsen' y 'geishas'
- Japón económico

Nuestro compromiso

Los autores de Lonely Planet visitan los lugares sobre los que escriben en cada edición y nunca aceptan regalos a cambio de reseñas favorables: lo explican todo tal como lo ven.

OTROS TÍTULOS DE LA COLECCIÓN
CONSÚLTASE EL INTERIOR

PVP. 35,00 €

10132689



9 788408 148357

“Desde el esplendor de la danza de las geishas en Tokio hasta la sobria belleza de un jardín zen de piedras, Japón tiene el poder de cautivar incluso al viajero más experimentado.”

SARA BENSON,
AUTOR DE LONELY PLANET



Escanear este código para más información.

O ir a la web de Lonely Planet en busca de consejos, información y reservas de viajes.