

SRI LANKA

Sri Lanka - Spiritualität und Hochkultur zwischen heiligen Tempeln
und herrlichen Stränden



D E T A I L P R O G R A M M

REISEDETAILS	3
Reiseverlauf	3
Vorgesehener Reiseverlauf	3
Enthaltene Leistungen	9
nicht eingeschlossene Leistungen	9
Wahlleistungen	9
Termine und Preise	9
Teilnehmerzahl	9
Reisedauer	9
Reiseleitung	9
PRAKTISCHE HINWEISE	11
Atmosfair / Anreise / Transfers	11
Einreisebestimmungen / Sicherheit	11
Gesundheit und Impfungen	12
Mitnahmeempfehlungen	12
Währung / Post / Telekommunikation	13
Zollbestimmungen	13
Wissenswertes	13
Versicherung	14
Nebenkosten / Trinkgelder	14
Umwelt	14
Sonstiges	15
LAND UND LEUTE	16
Zeitverschiebung und Klima	16
Sprache und Verständigung	16
Religion und Kultur	16
Essen und Trinken	17
Einkaufen und Souvenirs	17
Besondere Verhaltensweisen	18
ANHANG	19
Reiseliteratur	19
Kontaktdaten und Anmeldung	21

REISEDETAILS

REISEVERLAUF

- Übernachtung im Tempel von Polonnaruwa
- Buddhistische Poyas an den Vollmondtagen feiern
- Mulkirigala – der schönste Tempelberg Sri Lankas
- Optionale Wanderung zum Adam's Peak



Ein kleiner weißer Tempel inmitten des grünen Urwalds, junge Mönche in orangenen Roben – ein zeitloser, friedlicher Ort wie aus einer anderen Welt.

„Ayubowan“ – Willkommen im Land des Theravada Buddhismus!

Auf Sri Lanka gibt es sie noch, diese magischen und fast unbekannten Orte, an denen Raum bleibt zur Meditation und Einkehr und die durch ihre schlichte Schönheit die Seele berühren. So wie es auch die großen bekannten „Meilensteine“ der buddhistischen Hochkultur gibt, die zurecht als Weltkulturerbe ausgezeichnet sind.

Nicht fehlen dürfen die Löwenfestung Sigiriya sowie die Höhlentempel von Dambulla. Unter dem heiligen Bodhi Baum in der alten Königsstadt Anuradhapura bleibt Zeit für Meditation. In Polonnaruwa übernachten Sie auf Wunsch sogar in einem kleinen Tempel in unmittelbarer Nähe der großen Buddha Statuen und erleben diesen Ort in nächtlicher Stille.

Aber es gibt eben auch diese von Touristen wenig besuchten Orte wie z.B. den vielleicht schönsten

Tempelberg der Insel in Mulkirigala und dem Pilgerort Kataragama. Hier ist die gelebte Spiritualität noch deutlicher fühlbar wird.

Die Reisetermine beinhalten alle einen Vollmondtermin, den Tag der großen **Poya Feste**. Zu den Vollmondfeiertagen tragen die Buddhisten ihre farbenfrohesten Gewänder und versammeln sich in den Tempeln zum Gebet. Zu den Vollmondfesten im Juli und August finden in **Kandy** und Kataragama die großen **Perahera** Umzüge mit hunderten Trommlern und bunt geschmückten Tänzern statt.

Ein ganz besonderer Höhepunkt bei den Winter- und Frühjahrsterminen ist die Möglichkeit zur Pilgerwanderung auf den **Adams Peak**, den für alle Religionen Sri Lankas heiligsten Berg. Neben dem spirituellen Aspekt ist dies ein einmaliges landschaftliches Erlebnis, genauso wie eine Zugfahrt durch das Hochland der Insel.

Nach Tagen der Spiritualität und der Kultur folgen Tage der **Erholung am Strand**, mit der Möglichkeit zur Verlängerung. Einfach die Zeit genießend, übers Wasser blickend und im Einklang mit sich selbst kommt vielleicht auch bei Ihnen das Gefühl auf, der Erleuchtung schon fast ganz nah zu sein.

VORGESEHENER REISEVERLAUF

(Änderungen vorbehalten)

1. Tag: Colombo

Abflug ab Frankfurt am Abend und Ankunft in Colombo am kommenden Morgen.



2. Tag: Königliches Anuradhapura

Nach der Morgendlichen Ankunft in Colombo Fahrt nach Anuradhapura im Norden der Insel (ca. 165km, 3.5 - 4 Stunden Fahrt).

Anuradhapura ist ein erster großer Höhepunkt Ihrer Sri Lanka Reise. Hier finden Sie die Ruinen der ersten Königsstadt Sri Lankas, die bis ins Jahr 400 v. Chr. zurückreichen. Über viele hundert Jahre war hier der Sitz der Herrscher Sri Lankas, die Ruinen sind heute noch umgeben von malerischen Wasserspeichern aus dieser Zeit.

Optische Höhepunkte des Ortes sind der schnee-weiße Ruwanweliseya Stupa und die braune Jethavana Dagoba. Von allen vier Himmelsrichtungen führt ein Tor zum 110 m hohen Ruwanweliseya Stupa, dessen Plattform von über 300 schwarzen Elefantenstatuen gestützt wird, die den Überlieferungen nach das Gewicht der gesamten Welt auf ihren Schultern tragen. Nicht ganz so important, dafür noch höher ragt die Jethavana Dagoba 122m in die Höhe. Sie ist damit das höchste Backsteingebäude der Erde.

Die für die Buddhisten wichtigste Pilgerstätte ist der Sri Mahabodhi, der Bodhi Baum. Der Sage nach kam ein Ableger jenes Baumes, unter dem Lord Buddha in Bodhgaya die Erleuchtung fand, im Jahr 250 v. Chr. nach Sri Lanka. Damit wäre der Baum der älteste geschichtlich belegte Baum der Welt. Buddhisten aus aller Welt pilgern nach Anuradhapura, um im Schatten des Baumes zu beten und zu meditieren.



3. Tag: Thanthirimale

40km nordwestlich von Anuradhapura (1 Stunde Fahrt) liegt der kleine und malerische Ort Thanthirimale inmitten einer wilden Felslandschaft.

Glaubt man den mythologischen Überlieferungen, ist der Bodhi Baum hier ebenfalls ein Ableger des Baumes aus Bodhgaya und somit sogar noch älter als der heilige Sri Mahabodhi in Anuradhapura. Die Felsentempel des Ortes, der Bodhi Baum und das kleine Kloster des Ortes bilden eine wunderschöne Kulisse für diesen malerischen Ort, an dem es leicht fällt, die Magie Sri Lankas abseits der Touristenpfade zu spüren.

Am Nachmittag Rückfahrt nach Anuradhapura mit Übernachtung.



4. Tag: Medirigiriya, ein unentdecktes Kleinod

Nach dem Frühstück brechen Sie auf Richtung Südosten. Ziel ist Polonnaruwa, die zweite große historische Königsstadt und einer der großen Höhepunkte einer jeden Sri Lanka Reise.

Unterwegs erwartet Sie jedoch ein fast vergessenes Kleinod der buddhistischen Tempelkunst. Ca. 40km nördlich von Polonnaruwa liegt eine der atmosphärisch reizvollsten der vielen archäologischen Tempelanlagen der Insel - der knapp 2000 Jahre alte Rundtempel von Medirigiriya. Hier befindet sich auch ein Reliquienhaus (Vatadage) und auf der Anhöhe hinter dem Tempel eine alte, aus Ziegelsteinen gemauerte Dagoba.

Ihr Tag endet ganz außergewöhnlich. Sie erreichen Polonnaruwa und übernachten in einem kleinen Kloster ganz in der Nähe des Gal Vihara Tempels. Die Unterkünfte hier sind sehr einfache Gemeinschaftsunterkünfte im Kloster. Dafür erleben Sie diese wunderbare Stätte in der Abenddämmerung fast gänzlich ohne Besucher und nehmen gemeinsam mit den Mönchen das Abendessen ein. Später haben Sie die Möglichkeit, an den Buddha Statuen Sollten Sie für sich entscheiden, dass Sie lieber nicht im Kloster nächtigen möchten, können wir gerne

ein Hotel in Polonnaruwa gegen einen kleinen Aufpreis für Sie buchen.



5. Tag: Polonnaruwa und Sigiriya - Kulturelle Höhepunkte Sri Lankas

In Polonnaruwa befinden sich die sehr weitläufigen, knapp 1000 Jahre alten Ruinen der 2. Königsstadt Sri Lankas. Die Anlage kann zu Fuß, mit dem Fahrrad oder mit dem Fahrzeug erkundet werden. Wie auch immer Sie sich entscheiden, ein Besuch des Gal Vihara Tempels ist ein Muß einer jeden Sri Lanka Reise. Kernstück sind 4 aus dem Granit gemeißelten Buddha Figuren, die vielleicht schönsten Skulpturen der ganzen Insel. Die liegenden, stehenden und sitzenden Figuren strahlen in jeder der dargestellten Körperhaltungen sehr viel Ruhe und Friedlichkeit aus.

Am Nachmittag kurze Fahrt (ca. 1.5 Stunden) nach Sigiriya. Im Zentrum des kulturellen Dreiecks und die grüne Waldlandschaft 200m hoch dominiert der weltbekannte Felsen von Sigiriya die Landschaft. Aus dem 5. Jahrhundert stammt die Felsenfestung, die aus dem blanken Felsen herausgeschlagen wurde. Immer noch besonders eindrucksvoll ist die „Löwenpforte“ die dem Felsen auch seinen zweiten Namen gibt – Löwenfelsen. Auf dem Gipfelplateau sind noch immer die Reste der früher uneinnehmbaren Festung des Herrschers Kashyapa sichtbar.

Kultureller Höhepunkt sind jedoch die Felsmaleisen der sogenannten „Wolkenmädchen“. Um 485 entstanden in warmen Terrakotta Farben die Bilder wunderschöner Frauen, die aus Wolken herauszuraugen scheinen. Von daher auch der Name.

Inmitten der savannenartigen Landschaft liegt Ihr Resort mit Swimmingpool. Übernachtung im Hotel bei Sigiriya.



6. Tag: Tempel und Dörfer

Ein Tag der Ruhe, der Einkehr und der Meditation.

Nur wenige Kilometer von Ihrem Hotel liegt der kleine und unscheinbare Tempel Enderagala. An diesem Ort der Ruhe bleibt Zeit zur Meditation. Sie haben die Möglichkeit, mit den Mönchen zu diskutieren und tiefer in die Gedankenwelt des Buddhismus und das klösterliche Leben einzutauchen.

Schmale Stufen führen vom Tempel aufwärts zu einer auf dem Granitfelsen stehenden weißen Dagoba. Von hier aus öffnet sich Ihnen ein unerwarteter, dafür aber um so schönerer Blick auf die umliegenden Wälder und Berge.

Am Nachmittag spazieren Sie mit Ihrem Guide durch die kleinen Dörfer um Habarana und erleben die Menschen bei der Garten und Feldarbeit.

Übernachtung in Sigiriya.



7. Tag: Dambulla und Kandy

Die Höhlentempel von Dambulla (ca. 20km von Sigiriya entfernt) gehören zusammen mit Sigiriya,

Polonnaruwa, Anuradhapura und Kandy zu den Höhepunkten buddhistischer Kultur auf Sri Lanka.

Die Felsentempel stammen aus dem 1. Jahrhundert v. Chr., die meisten der wunderbaren Fresken und Statuen gehen jedoch auf das 15. bis 18. Jahrhundert zurück. In der größten und imposantesten der vielen Höhlen befinden sich 150 Buddha Figuren in Lebensgröße. Von den Höhlentempeln aus haben Sie einen weiten und hervorragenden Blick auf die dschungelartige Landschaft bis zur Sigiriya Rock.

Von Dambulla aus geht die Fahrt nach Kandy, der letzten Königsstadt dem kulturellen Zentrum Sri Lankas. Auf einer Stadtführung lernen Sie die Basare und Märkte der Stadt kennen.

Wichtigste Sehenswürdigkeit der Stadt und gleichzeitig heiligster Tempel des ganzen Landes ist der sogenannte Zahntempel. Hier wird die wichtigste Reliquie des Landes aufbewahrt – ein Zahn des Buddha. Dreimal täglich wird der Schrein mit der Reliquie für die Pilger geöffnet, und dieses Ereignis wird begleitet von den Gebeten der Mönche und den ohrenbetäubenden Trommeln und Schalmeyen der Tempelmusiker.

Als Abschluss des Tages besuchen Sie am Abend eine Kulturveranstaltung, um die berühmten Tänze und die Musik Kandys näher kennenzulernen.

Übernachtung in Kandy.



8. Tag: Tempel und Gärten

Ca. 30km (1.5 Stunden Fahrt) südwestlich von Colombo liegen, nicht weit voneinander entfernt, 3 sehr sehenswerte und nur sehr selten besuchte Tempel. Die Tempel sind alle in unterschiedlicher Bauweise errichtet und zum Teil einzigartig in Sri Lanka. So erinnert der Lankathilakaya Tempel vom Stil her fast an eine norwegische Stabkirche, während der

Embekke Devalaya Tempel berühmt für seine wunderschönen Holzarbeiten ist. Die Orte sind ein wohlthuender Kontrast zum immer gut besuchten Zahntempel in Colombo und bieten einen herrlichen Rahmen für Meditation und innere Einkehr.

Option A: Sommermonate Mai bis Oktober

Am Nachmittag Rückfahrt nach Kandy. Etwas außerhalb Kandys liegt auf einer Halbinsel im Mahaweli Fluß die „Royal Botanical Gardens“, einer der schönsten botanischen Gärten Asiens. Auf 60 Hektar gedeihen hier mehr als 4.000 verschiedene Pflanzenarten, viele von ihnen bieten herrliche Fotomotive. Und es lohnt sich auf der Blick nach oben. Neben einer wahren Vogelpracht ist der Ort auch Heimat einer beachtlichen Flughund Kolonie.

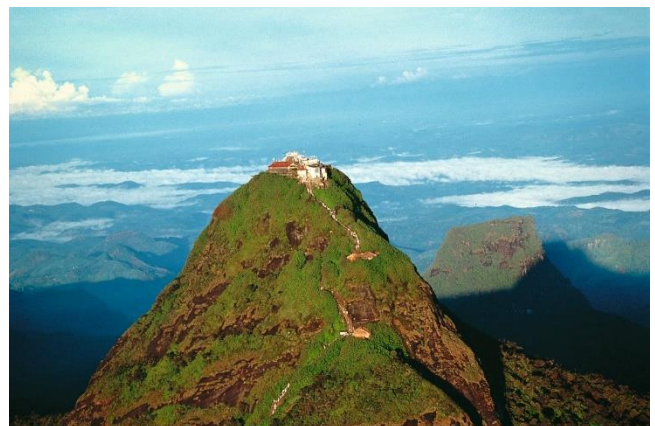
Übernachtung in Kandy.

Option B: Wintermonate November bis April

Sie fahren weiter in das Hochland und erreichen am Abend den kleinen Ort Maskeliya. Von hier aus startet Ihre Pilgerwanderung zum Adam's Peak dem Heiligen Berg Sri Lankas.

Der Adam's Peak ist mit 2.245 Metern Höhe einer der höchsten Berge Insel und bietet eine grandiose Fernsicht bis ins Tiefland. Auf Grund seiner religiösen Bedeutung und der traumhaften Aussicht zieht es jeden Tag hunderte Pilger und Touristen auf einen der schönsten Berge Sri Lankas. Der heiligste Ort am Gipfel ist ein überdimensionaler Fußabdruck, den sowohl Buddhisten als auch Hindus, Moslems und Christen verehren.

Sie haben die Möglichkeit, die Nacht bequem und entspannt im Hotel zu verbringen. Oder aber Sie entscheiden sich für die Wanderung auf den heiligen Berg und tauchen ein in den Strom der Pilger.



9. Tag: Adam's Peak und grüne Teeplantagen

Option A: Sommermonate Mai bis Oktober

Bei den **Sommerterminen** fahren Sie nach einem ausgiebigen Frühstück ebenfalls in das Hochland und besuchen die Liddesdale Tea Factory. Üppig grüne Teeplantagen überziehen die steilen Hänge des zentralen Hochlandes. Unser Partner in Sri Lanka hat eine exklusive Übereinkunft mit der Liddesdale Teefabrik. Nur sehr wenige Gäste besuchen diesen Ort, der noch sehr authentisch ist und einen echten Einblick in die Produktion des Sri Lanka Tees und in das Leben der Arbeiter auf den Plantagen erlaubt.

Am Abend erreichen Sie Nuwara Eliya, das Zentrum des Hochlands und alte englische Kolonialstadt. Übernachtung in Nuwara Eliya.

Option B: Wintermonate November bis April

Auf dem ca. 8 km langen Weg zum Gipfel überwinden Sie die gut 1.000 m Höhenunterschied auf über 5.000 zum Teil steilen Stufen. Die Gehzeit beträgt gute 4 Stunden bergauf, bei einem Start kurz nach Mitternacht sind Sie so rechtzeitig zum Sonnenaufgang am Berggipfel gegen 6 Uhr morgens.

Der Pilgerweg zum Adam's Peak und der Sonnenaufgang am Morgen sind eine einmalige Erfahrung und ein sprichwörtlicher Höhepunkt der Reise. 5.000 Stufen bergauf bedeutet jedoch auch 5.000 Stufen bergab. Die Wanderung ist anstrengend und erfordert eine gute Kondition und Gesundheit, denn v.a. beim Abstieg werden die Gelenke sehr gefordert.

Nachdem Abstieg trifft sich die Gruppe wieder zum gemeinsamen Frühstück. Anschließend lockt der Besuch auf einer sehr schönen und noch nicht touristisch überlaufenen Teefabrik.



10. Tag: Mit der Bahn durch die Berge

Steigen Sie ein - per Zug fahren Sie vorbei an tiefen Tälern und durch weite Teeplantagen von Nuna Oya nach Badulla. Für die knapp 100 km benötigt der Zug gute fünf Stunden, und das gemächliche Tempo des Zuges lässt Ihnen Zeit, die vielfältigen Eindrücke während der Fahrt intensiv zu erleben.

Im Zentrum der quirligen Stadt Badulla steht der schöne Badoga Tempel - ein Zentrum der buddhistischen Kultur im östlichen Bergland.

Von Badulla geht die Fahrt eine weitere Stunde Richtung Süden in den kleinen Ort Bandarawela. Einige Kilometer vor dem Dorf liegt in einem bewaldeten Seitental der kleine, aber feine Felsentempel Dowra Raja Maha Vihara. Besonders sehenswert sind die Meditationsgrotte und der 8 m hohe stehende Buddha. Wenn möglich, haben Sie ein gemeinsames Abendessen mit den Mönchen des Tempels.

Übernachtung im Hotel in Bandarawela.



11. Tag: Die weiße Pagoda von Tissamaharama

Hinter Bandarawela fällt das Hochland steil und abrupt Richtung Süden und Küste ab. Inmitten der für diese Region typischen trockenen Landschaft stehen die mystischen Steinreliefs von Budurawagala. Der 17 m hohe Buddha wird in das 4. Jh. zurückdatiert, die sechs weiteren Figuren sind etwas jünger und stammen aus dem 10. Jh.

Am Nachmittag erreichen Sie ihr schönes Hotel in Tissamaharama. Je nach Wunsch entspannen Sie sich am kleinen Pool oder schlendern am Ufer des Tissa Wewa Stausees mit seinen großen, im Wasser versunkenen Bäumen. Sehr lohnenswert ist auch die große, weiße Pagoda im Ort, die für die Buddhisten Sri Lankas zu den 16 heiligsten Orten der Insel zählt.

Übernachtung im Hotel in Tissamaharama.



12. Tag: Göttliche Orte und göttliche Strände

Von Ihrem Hotel sind es nur ca. 20 Minuten Fahrt auf breiten Straßen nach Kataragama, dem für die Hindubevölkerung heiligsten Pilgerort des Landes. Friedlich nebeneinander stehen hier Hindutempel, buddhistische Dagobas und eine kleine Moschee, und schon von weitem sind die über 400m hohen Felsspitzen des Ortes zu sehen. Besonders zu den Vollmond Terminen zieht es Scharen von Pilgern in den Ort, und zum August Vollmond mit dem großen Esala Perahera Fest ist Kataragama ein Zentrum der religiösen Ekstase.

Am Nachmittag erreichen Sie nach ca. 1.5 Stunden Fahrt die langen und weißen Sandstrände von Tangalle, einem der schönsten und noch ruhigsten Strandabschnitte im Süden der Insel. Die Übernachtung ist geplant im Portofino Resort in Tangalle.



13. Tag: Erholung am Meer

Was wäre Sri Lanka ohne seine weiten, weißen Strände? Besonders eindrucksvoll sind diese an der Südküste. Der touristische Jetset hat diese Region

noch nicht erreicht, und selbst in der Hochsaison sind die Strände von Tangalle nicht überfüllt. In endloser Abfolge rollen die Wellen an und brechen sich am langen Strand und den Klippen. Als Badestrände ist die Region auf Grund der Brandung eher weniger geeignet, dafür ist ein Aufenthalt hier umso malerischer und entspannender.

Übernachtung Im Portofino Resort, Tangalle.



14. Tag: Die Höhlentempel von Mulikirigala

Auf dem Rückweg nach Colombo können Sie sich nochmals auf zwei ganz besonders atmosphärische Orte freuen. Im Hinterland der Südküste liegt der Mulikirigala, der schönste Höhlentempel des Südens. Über 450, z.T. sehr enge Stufen führen auf dem Gipfel einer Felsbastei gelegenen Tempel. Beim Aufstieg sind auf verschiedenen Ebenen viele Höhlen mit Statuen und Felsmalereien in den Granitstein geschlagen. In seiner Ausstrahlung und Schönheit ist der Tempel mit den bekannteren Stätten von Dambula oder Sigiriya vergleichbar, aber wesentlich weniger besucht.

Zurück in Colombo, endet Ihre Entdeckungsreise Sri Lankas am heiligsten Ort Colombos, dem Kelaniya Raja Maha Vihara Tempel.

Der Sage nach wurde der Ort selbst von Buddha während seiner dritten Reise nach Sri Lanka besucht, d.h. der Platz hat eine über 2.600 Jahre lange Geschichte. Der Tempel ist sehr abwechslungsreich mit einem großen, weißen Stupa, einem liegenden Buddha und schönen Wandmalereien. Vor allem ist er jedoch eine Oase des Friedens und ein bedeutendes spirituelles Zentrum. Gläubige umrunden den Tempel im Uhrzeigersinn und werfen sich vor dem Schrein nieder, während in Rot gewandete Mönche murmelnd Opfergaben darbringen.

Letzte Übernachtung in Colombo.

15. Tag: Rückreise nach Deutschland

Am Morgen Rückflug nach Deutschland und Ankunft in Deutschland.

OPTION STRANDVERLÄNGERUNGSOPTION TANGALLE

14. - 16. Tag: Zeit zur Erholung am Strand von Tangalle

Genießen Sie die Ruhe und Romantik am Strand von Tangalle. Abendessen im Resort ist inklusive.

17. Tag: Rückreise nach Deutschland

Früh morgens oder zeitgerecht für Ihren Rückflug ab Colomoto Transfer nach Colombo (Fahrzeit ca. 4 Stunden).

Check In und Rückflug nach Deutschland.



ENTHALTENE LEISTUNGEN

Linienflüge in der Economy Class Frankfurt – Colombo – Frankfurt • Flughafentransfers • 12 Übernachtungen im geteilten Doppelzimmer in guten Mittelklasse Hotels, 1x Gemeinschaftsunterkunft im einfachen buddhistischen Tempel (wahlweise auch im Hotel, Aufpreis EUR 30) • Halbpension (von Dinner am 2. Tag bis Frühstück am 15. Tag) • alle Ausflüge, Eintrittsgelder und Besichtigungen gemäß Reiseverlauf • ab 7 Teilnehmern Deutsch sprechender NEUE WEGE-Reiseleiter, von 3 - 6 Teilnehmern englisch sprechender Neue Wege Guide

- NEUE WEGE-Informationsmaterial

NICHT EINGESCHLOSSENE LEISTUNGEN

Mittagessen und Getränke • Visumgebühr Sri Lanka (ca. US\$35) • Ausgaben persönlicher Art • alle weiteren, nicht aufgeführten Leistungen

WAHLEISTUNGEN

- EZ-Aufpreis (im buddhistischen Tempel kein EZ möglich): € 670
- Verlängerung 3 Nächte im Strandhotel in Tangalle im geteilten Doppelzimmer € 340
- Verlängerung 3 Nächte im Strandhotel in Tangalle im Einzelzimmer € 460

TERMINE UND PREISE

Reise-Nr.	von	bis	Preis in €
8LKG0303	16.08.18	30.08.18	€ 2.570
8LKG0304	17.11.18	01.12.18	€ 2.570
9LKG0301	16.02.19	02.03.19	€ 2.570
9LKG0302	13.07.19	27.07.19	€ 2.670
9LKG0303	10.08.19	24.08.19	€ 2.670
9LKG0304	09.11.19	23.11.19	€ 2.670
9LKG0305	07.12.19	21.12.19	€ 2.670
0LKG0301	02.02.20	16.02.20	€ 2.670

TEILNEHMERZAHL

Mindestens 3, höchstens 16

REISEDAUER

15 Tage

REISELEITUNG

Uddika Silva

Uddika ist Buddhist, spricht fließend Deutsch und arbeitet seit über 10 Jahren mit deutschen Gästen. Er hat viel Auslandserfahrung (er hat u.a. in Deutschland gelebt), war im 5* Lanka Princess als Übersetzer und Ayurveda Koordinator tätig und ist mit Leib und Seele Reiseleiter.

Es ist ihm eine Freude, mit Ihnen die bekannten und unbekannten Schätze Sri Lankas zu entdecken.

INDIVIDUALREISE

Diese Reise ist zu jedem Termin auch als Individualreise buchbar.

Reisepreis pro Person bei 2 Teilnehmern € 2.790



(inkl. englisch sprechendem Driverguide, deutsch
sprechender Driver Guide gegen geringfügigen
Aufpreis)

PRAKTISCHE HINWEISE

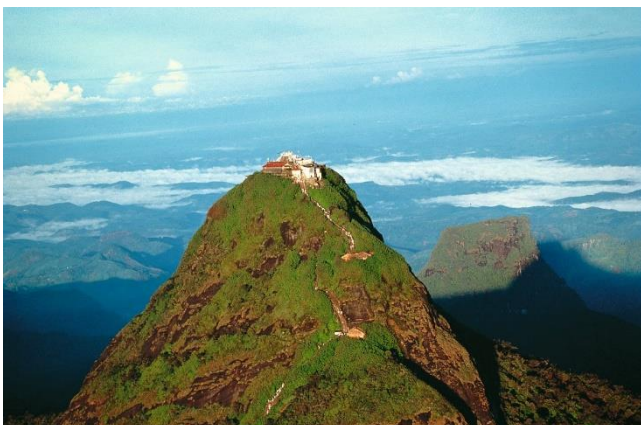
ATMOSFAIR / ANREISE / TRANSFERS

Atmosfair

Schließen Sie mit uns einen Bund für klimaneutrales Fliegen: Neue Wege zahlt für jede atmosfair-Buchung die Hälfte des Beitrags. So funktioniert atmosfair: Unter www.atmosfair.de ermitteln Sie mit wenigen Klicks die CO²-Emission Ihres Fluges. Dieselbe Menge an Kohlendioxid wird in einem atmosfair-finanzierten Projekt an anderer Stelle eingespart, zum Beispiel, indem ein indisches Dorf seinen Dieselgenerator durch eine moderne Solaranlage ersetzt. Wenn Sie atmosfair fliegen, unterstützen Sie diese Projekte mit einer Spende, die sich nach der CO²-Emission Ihres Fluges richtet. Geben Sie ganz einfach bei Ihrer Buchung an, dass Sie klimaneutral fliegen möchten. atmosfair ist vom TÜV zertifiziert und wird laufend kontrolliert. So sind Sie sicher, dass Sie interessante Reisen mit verantwortungsbewusstem Handeln verbinden - wirklich atmosfair! Sie können für diese Reise atmosfair hinzubuchen und NEUE WEGE übernimmt die Hälfte von dem Betrag.

Anreise

Die Anreise erfolgt ab Frankfurt mit renommierten Liniengesellschaften in der Economy Class nach Colombo. Andere Abflughäfen, auch Wien oder Zürich, sowie Flüge in der Business Class sind gegen Aufpreis möglich. Bitte teilen Sie uns Ihre Wünsche, auch bezüglich vegetarischer Mahlzeiten an Bord, direkt bei Buchung mit. Den Flugplan mit den genauen Reisedaten werden wir Ihnen rechtzeitig mitteilen.



EINREISEBESTIMMUNGEN / SICHERHEIT

Einreisebestimmungen

Für Reisen nach Sri Lanka sind ein noch mindestens 6 Monate gültiger Reisepass und die Einholung eines Visums erforderlich. Die Beantragung des sogenannten ETA Visums geschieht am besten im vereinfachten Online Verfahren über die „Electronic Travel Authorization“ (ETA), unter www.eta.gov.lk. Bitte füllen Sie das dort hinterlegte Antragsformular nach den Anweisungen auf der Seite sorgfältig aus. Die Gebühren werden per Kreditkarte (American Express, Master und Visa) abgerechnet. Bitte achten Sie darauf Ihre E-mail Adresse korrekt in dem Online-Formular anzugeben. Touristenvisa werden mit einer Gültigkeitsdauer von 30 Tagen ab dem Tag der Einreise ausgestellt. Die Einreise ist nur mit einem nach Ausreise noch 6 Monate gültigen Reisepass möglich. Wichtig: Bei Aufenthalten von mehr als 30 Tagen muss ein Visum vor Anreise bei der sri-lankischen Botschaft beantragt werden. Weitere Infos finden Sie auf der Webseite der sri-lankischen Botschaft: www.srilanka-botschaft.de

Sicherheitshinweise

Im Mai 2009 endete der fast 30 Jahre währende Bürgerkrieg. Seither haben sich keine Terroranschläge ereignet und die Situation ist friedlich. Gleichwohl können diese für die Zukunft, wie auch in anderen Ländern, nicht ausgeschlossen werden. Fragen Sie uns nach der aktuellen Situation und beachten Sie bitte die aktuellen Informationen zur Sicherheitslage auf der Homepage des Auswärtigen Amtes:

www.auswaertiges-amt.de/DE/Laenderinformationen/00-SiHi/SriLankaSicherheit.html

Da die Gefahr von Taschendiebstahl in Touristenzentren recht hoch ist, empfiehlt es sich Geld, Flugticket und Pass am besten immer am Körper zu tragen. Eine Kopie der Passinnenseite und des Visums sowie Passfotos und ggf. Schecknummern bitte separat aufbewahren. Bitte lassen Sie Wertgegenstände auch im Hotel nicht offen und unbewacht liegen, sondern nutzen Sie die dafür vorgesehenen Safes auf Ihrem Zimmer oder an der Rezeption.



GESUNDHEIT UND IMPFUNGEN

Der Gesundheitsdienst des Auswärtigen Amtes empfiehlt generell immer den Schutz gegen Tetanus, Diphtherie, Polio, Influenza, Pertussis und Hepatitis A. Bei Langzeitaufenthalten über vier Wochen oder besonderen Risiken auch Hepatitis B, Japanische Enzephalitis, Tollwut, Typhus und evtl. Cholera. Aktuelle Informationen finden Sie unter:

www.auswaertiges-amt.de/DE/Laenderinformationen/00-SiHi/SriLankaSicherheit.html

Vor Ihrer Reise empfiehlt es sich, den Rat eines Tropenarztes einzuholen. Gute Informationen erhalten Sie z.B. beim Zentrum für Reisemedizin unter www.crm.de oder beim Tropeninstitut Hamburg www.gesundes-reisen.de. Dort finden Sie auch Angaben zur Malariaphylaxe. Trinken Sie vor Ort am besten nur Mineralwasser aus gekauften, original verschlossenen Flaschen (überall in Sri Lanka käuflich), oder aufbereitetes Wasser. Ansonsten sind auch andere in Flaschen abgefüllte Getränke in Ordnung, solange die Flaschen vor dem Trinken original verschlossen waren. Vermeiden Sie mit Eiswürfeln gekühlte Getränke. Vorsichtshalber sollten Sie kein Speiseeis oder ungeschältes Obst zu sich nehmen. Generell gilt: "Schälen Sie es, kochen Sie es, oder vergessen Sie es!" Achten Sie darauf, dass Fleisch und Fisch immer gut durchgebraten, -gekocht oder -gegrillt sind. So können Sie Durchfälle und viele Tropen- und Infektionskrankheiten vermeiden. Sri Lanka bietet außerdem eine große Vielfalt an vegetarischen Köstlichkeiten.

Wichtige Medikamente

Nehmen Sie bitte Ihre gewohnten Medikamente in ausreichender Menge mit. Sie sollten sich in Absprache mit Ihrem Hausarzt eine kleine Reiseapotheke zusammenstellen. Schützen Sie sich vor zu langer

und intensiver Sonneneinstrahlung mit einem leichten Sonnenhut, einer guten Sonnenbrille und Cremes für die Lippen und Haut. Wichtig sind Medikamente gegen Grippe, sowie gegen Magen- und Darmverstimmungen. Denken Sie auch an einen ausreichenden Schutz vor Insektenstichen. Wer regelmäßig Medikamente einnehmen muss, unter psychischen oder physischen Krankheiten leidet, sollte vor Abreise seinen Hausarzt konsultieren.



MITNAHMEEMPFEHLUNGEN

Kleidung

Sie benötigen leichte, wenig empfindliche Baumwollkleidung, einen leichten Sonnenhut und bequeme Schuhe zum Gehen.

Für die Dämmerung sollten Sie immer langärmelige Kleidung dabei haben (Schutz vor Moskitos). Für die Ayurvedakur ist es ratsam, alte Unterwäsche mitzunehmen, da diese mit den Massage-Ölen in Berührung kommt. Wegen der Sonneneinstrahlung ist eine gute Sonnenbrille wichtig.

In Sri Lanka kleidet man sich einfach, jedoch ist nachlässige oder unangemessene Kleidung nicht gerne gesehen. Baden oben ohne ist verboten.

Gepäck

Bitte nehmen Sie einen nicht mehr neuen, aber dennoch gebrauchsfähigen Koffer, Reisetasche, Seesack oder Rucksack mit, da bei den landesüblichen Transporten Gebrauchsspuren am Gepäck unvermeidbar sind.



WÄHRUNG / POST / TELEKOMMUNIKATION

Währung

Die Währung ist die Sri Lanka Rupie. Sie ist gegliedert in 100 Cents. Die Einfuhr der Landeswährung ist bis zu einem Betrag von LKP 1.000, die Mitnahme von Fremdwährung unbegrenzt erlaubt (ab umgerechnet USD 5.000,- aber deklarationspflichtig). Da der Wert der Rupie in den vergangenen Monaten starken Schwankungen ausgesetzt war, empfiehlt sich die Ermittlung des tagesaktuellen Kurses unter www.oanda.com. Vor der Einreise müssen alle Reisenden im Flugzeug eine Ein- und Ausreisekarte ausfüllen. Darauf ist die Devisensumme einzutragen, die Sie einführen werden (alle Währungen, einschließlich Traveller Checks). Bei der Ausreise darf die einheimische Währung nur bis zu einem Betrag von LKP 250,- ausgeführt werden. Um das Restgeld umtauschen zu können, ist es wichtig, die Wechselbestätigungen immer aufzubewahren. Die Ein- und Ausfuhr von Devisen ist oftmals Änderungen unterworfen. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Bank bzw. Ihrem Reiseleiter. Die Einfuhr indischer oder pakistanischer Währung ist nicht erlaubt. Wir empfehlen direkt bei Ankunft an den Wechselstuben am Flughafen Colombo etwas Geld zu wechseln. Später haben Sie dazu auch im Hotel Gelegenheit. Wenn Sie auf Sicherheit bedacht sind, bieten sich Travellers Checks als Zahlungsmittel an.

Telekommunikation

Die Landesvorwahl für Sri Lanka ist +94. Von den Hotels aus können Sie problemlos nach Deutschland telefonieren. Alternativ können Sie sich eine örtliche SIM-Karte kaufen und diese in Ihr deutsches Handy einlegen, um so preiswerter nach Deutschland telefonieren zu können.

Vorwahl von Sri Lanka nach Deutschland: +49, nach Österreich +43 und in die Schweiz +41

Internet

Internetcafés sind in allen großen Städten und Touristenzentren zu finden. In den meisten unserer Resorts können Sie sich auch mit einem WLAN Code ins Internet einwählen.



ZOLLBESTIMMUNGEN

Zollvorschriften

Der Import von bestimmten Gütern ist verboten oder beschränkt. Dies schließt wertvolle Metalle, Platin, Gold, Silber in jeder Form, gefährliche Drogen und Betäubungsmittel, Gegenstände aus Fauna und Flora sowie indische und pakistanische Währung ein. Alle vorher angeführten Güter müssen angemeldet werden. Importe von Feuerwaffen, Munition, Sprengstoff und gefährlichen Waffen ist strengstens untersagt. Weitergehende Zollinformationen zur Einfuhr von Waren erhalten Sie bei der Botschaft Ihres Ziellandes. Nur dort kann Ihnen eine rechtsverbindliche Auskunft gegeben werden.

WISSENSWERTES

Strom

Die Stromspannung beträgt 230 - 240 Volt. Da es sich um britische dreipolige Steckdosen handelt, sollten Sie einen Weltadapter mitnehmen. In den meisten Hotels funktionieren europäische Flachstecker und im Bedarfsfall können an der Rezeption Universalstecker ausgeliehen werden. Es empfiehlt sich eine Taschenlampe mitzunehmen, da es vielerorts zu Stromausfällen kommen kann.

Foto

Fotoausrüstung, Filme, Blitzlicht und Batterien. Man kann zwar auch vor Ort Filme kaufen, diese sind allerdings teuer und häufig alt. Für Digitalkameras ausreichend Chips und reichlich Ersatzakkus. Bitte

gehen Sie zurückhaltend mit der Kamera um, v.a. wenn Sie Menschen fotografieren. Sie sollten zuerst um Erlaubnis fragen, die jedoch im Allgemeinen gewährt wird. Ein Ablehnen sollte allerdings unbedingt akzeptiert werden! Falls Sie jemandem versprechen sollten, das Bild zu schicken, dann tun Sie es bitte auch. In Sri Lanka werden einige historische Stätten als buddhistische Andachtsstätten genutzt. Hier sollte man mit dem Fotografieren besonders vorsichtig sein, denn es ist verboten, Personen vor Statuen und Gemälden zu fotografieren. Am besten man fragt den Tempelwächter vorher, ob Fotografieren erlaubt ist. Eine Tempelspende von einigen Rupien wird in der Regel erwartet.

Eintritts-/Fotopermits

An antiken Stätten und in den Wildgebieten ist das Fotografieren oft nur mit einem Eintritts- und Fotografierpermit erlaubt. Die Preise an den verschiedenen Orten sind unterschiedlich. Fragen Sie vor Ort nach den genauen Bestimmungen.



VERSICHERUNG

Wir empfehlen den Abschluss einer Reise-Rücktrittskosten-Versicherung. Diese können Sie bei Buchung Ihrer Reise direkt bei uns abschließen. Ein umfangreiches Versicherungspaket mit Reiseabbruch-, Reisekranken-, Reisegepäckversicherung, sowie Medizinischer Notfallhilfe ist ebenfalls buchbar. Beachten Sie, dass ein Abschluss bis spätestens 30 Tage vor Reiseantritt erfolgen muss. Bei kurzfristiger Reisebuchung muss der Abschluss direkt bei Anmeldung erfolgen.

NEBENKOSTEN / TRINGKELDER

Frühstück und Abendessen sind bereits inklusive, es fallen also nur noch Kosten für den Mittagslunch an.

Während der Ausflüge können Sie hier mit EUR 2-5 pro Lunch rechnen, in den Hotels / Resorts liegen die Kosten bei ca. EUR 5 – 15 pro Lunch.

Trinkgelder können freiwillig gegeben werden und nach Ihrer Zufriedenheit ausfallen. In Restaurants sind 10% für den Service in der Rechnung inbegriffen, dennoch werden i.d.R. 5% als Trinkgeld auf den Rechnungsbetrag gegeben (in kleinen Restaurants gibt es meist keine Service Charge, dort werden meist 10% Trinkgeld gegeben). Taxifahrer erwarten kein Trinkgeld; Ihr Fahrer und Ihr Guide auf der Reise jedoch schon. Aufseher von Bauwerken, die unter Denkmalschutz stehen, erwarten eine großzügige Geste. In den Tempeln ist es ebenfalls üblich, kleinere Rupie Beträge als Spende zu geben. Grundsätzlich sollten Sie immer einige Rupien mit sich führen, um kleine Dienstleistungen entsprechend honorieren zu können.

UMWELT

Als nachhaltiger Reiseveranstalter legen wir großen Wert auf Umweltschutz und eine angemessene Nutzung der örtlichen Ressourcen. Auch der Einzelne trägt hier Verantwortung und kann dazu beitragen seine Reise nachhaltig zu gestalten!

Wasser und Elektrizität sind in vielen Ländern ein knappes Gut. Durch einen sparsamen Umgang mit diesen Ressourcen unterstützen Sie eine nachhaltige Entwicklung. Da die Müllentsorgung in den Gastländern oftmals nicht den deutschen Verhältnissen entspricht, sollten Sie darauf achten, so wenig Müll wie möglich zu produzieren. Hierbei können schon ein paar kleine Schritte sehr hilfreich sein! Die Nutzung von Plastikflaschen kann durch die Mitnahme wiederverwendbarer Trinkflaschen vermieden werden. Diese können mit aufbereitetem Wasser aufgefüllt werden. Wenn Sie Batterien und andere heikle Abfälle nicht vor Ort entsorgen, sondern diese wieder mit nach Deutschland nehmen, vermeiden Sie eine unnötige Belastung des Gastlandes. Beim Einkauf können Sie durch die Mitnahme eines Stoffbeutels den Gebrauch von Plastiktüten umgehen. So können Sie helfen, das Plastikaufkommen zu reduzieren. Der Besuch kultureller Einrichtungen und das Zusammentreffen mit der einheimischen Bevölkerung werden besonders dann zu einem unvergesslichen Erlebnis, wenn Sie die Ratschläge des Reiseleiters und der von uns versendeten „Sympathie Magazine“ befolgen.



SONSTIGES

Mit NEUE WEGE reisen Sie nachhaltig!

Corporate Social Responsibility (CSR) beschreibt die unternehmerische Verantwortung für eine nachhaltige Entwicklung. Diese bezieht sich auf das wirtschaftliche Handeln eines Unternehmens, auf umweltbezogene Aspekte bis hin zu sozialen Beziehungen und Strukturen. Das CSR-Siegel, das von einem unabhängigen Zertifizierungsrat TourCert (Experten aus Tourismus, Wissenschaft, Umwelt, Entwicklung & Politik) vergeben wird, gibt Auskunft über die Wesentlichkeit und Überprüfbarkeit der nachhaltigen Entwicklung bei Touristikunternehmen.

Nachhaltigkeit ist schon seit Firmengründung elementarer Bestandteil der NEUE WEGE Firmenphilosophie. Wir haben die CSR-Initiative ergriffen und geben Ihnen, als verantwortungsvollem Urlaubsgast, Orientierungshilfe und schaffen mehr Transparenz zum Thema Nachhaltigkeit. Seit Erhalt des CSR-Siegels in 2009 verfasst NEUE WEGE einen Nachhaltigkeitsbericht zur Dokumentation aller CSR-Aktivitäten.

Sehen Sie selbst und lesen Sie mehr im NEUE WEGE Nachhaltigkeitsbericht unter: www.neue-wege.com/csr

LAND UND LEUTE

ZEITVERSCHIEBUNG UND KLIMA

Die Zeitverschiebung zwischen Deutschland und Sri Lanka beträgt im Sommer +3,5 und im Winter +4,5 Stunden.

Auf Sri Lanka herrscht tropisches Klima mit, je nach Jahreszeit, unterschiedlich starkem Niederschlag. Die Durchschnittstemperaturen reichen von 16°C im zentralen Hochland bis zu 32°C an der Nordostküste. Die durchschnittliche Jahrestemperatur für die gesamte Insel liegt bei 28 bis 30°C.

Während der Südwesten des Landes immer feucht mit zwei deutlichen Niederschlagsmaxima im Mai und Oktober ist, bringt der Südwestmonsun an der Nordost- und Ostküste nur geringe Niederschläge. Dort fallen die meisten Niederschläge während des Nordostmonsuns im November und Dezember. Die Niederschläge werden beeinflusst durch die Monsunwinde aus dem Indischen Ozean und dem Golf von Bengalen, welche auch die vier Jahreszeiten bestimmen: von Mai bis Oktober bringen Südwestwinde Feuchtigkeit aus dem Indischen Ozean. Treffen diese Winde auf das zentrale Hochland, entstehen z.T. heftige Regenschauer am Gebirge und im Südwesten der Insel. Der Osten und Nordosten bekommen in dieser Zeit wenig Regen. Von Oktober bis November treten periodische Windböen auf, die eher trübes Wetter bringen. Von Dezember bis März bringt der Nordostmonsun Feuchtigkeit aus dem Golf von Bengalen in den Norden und Nordosten der Insel. Die Zeit von März bis Anfang Mai bringt insgesamt wenig Niederschlag.

Unsere Ayurvedaresorts liegen überwiegend an der Südwestküste Sri Lankas, wo von November bis Anfang Mai am wenigsten Niederschlag fällt.

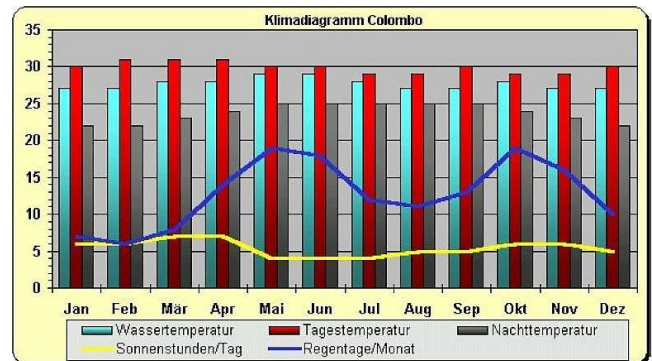
Wissenswertes zum Monsun

Das Wetter auf Sri Lanka wird durch den Monsun bestimmt, eine jahreszeitlich wiederkehrende Änderung der Windrichtung.

Je nachdem welcher Monsun herrscht, ist das Wetter im Süden/ Westen oder im Norden/ Osten ideal.

In Sri Lanka steht die Sonne im Frühjahr und im Herbst senkrecht oberhalb des Äquators. Die Luft auf der Erde erwärmt sich und steigt auf, was einen Unterdruck erzeugt. Die Luft reichert sich über dem Ozean mit Wasser an, kühlt ab und wandert wieder auf die Erde in Richtung Äquator, um den Unterdruck auszugleichen. Da sich die Erde dreht, nimmt der Mensch die Luftströme als Nordost- oder Südwestwinde wahr. Die Windrichtung ändert sich im Mai

nach Südwesten. Die Luft reichert sich über dem Indischen Ozean mit Wasser an und regnet am Bergland ab. Da dies sehr nah an der Südwestküste liegt, gibt es dort heftige Gewitter und Regenfälle. Im Gegensatz zum Südwest-Monsun ist der Nordost-Monsun von November bis Mai annähernd gleichbleibend, aber wesentlich schwächer als der Südwest-Monsun. Zum einen ist die Wasseraufnahme durch die Luft nicht so groß, zum anderen sind die Berge, an denen sich die Wolken abregnen, meist weit von der Küste entfernt.



SPRACHE UND VERSTÄNDIGUNG

Heute sind auf Sri Lanka sowohl Singhalesisch als auch Tamil als Amtssprachen anerkannt. Die Mitarbeiter der Ayurveda Resorts und Hotels sprechen Englisch. In den Ayurvedahäusern steht Ihnen (z.T. saisonabhängig) ein deutschsprachiger Übersetzer zur Verfügung.



RELIGION UND KULTUR

Sri Lanka ist ein Land der religiösen Vielfalt. Die Bevölkerungsmehrheit der Singhalesen bekennt sich überwiegend zum Theravada-Buddhismus (69,1%). Andere religiöse Gruppen sind die Hindus (15,5%), die fast ausschließlich Tamilen sind, Muslime (9,6%), die größtenteils Nachfahren arabischer Händler sind und Christen (7,5%). Der Buddhismus wird aber vom

Staat bevorzugt behandelt. So sieht die sri-lankische Verfassung vor, dass der Staat für den Schutz und die Pflege des Buddhismus verantwortlich ist.

Bitte beachten Sie, besonders an religiösen Stätten, dass Sie nicht versehentlich die Sitten der Einheimischen missachten.

Als Grundregel gilt: Die Zentren der Religionsgemeinschaften betritt man generell ohne Schuhe; in den buddhistischen Schreinen ist außerdem zu beachten, dass man sie ohne Kopfbedeckung betritt.

Für weitere Informationen empfehlen wir Ihnen als Lektüre das Sympathiemagazin "Sri Lanka verstehen", das Ihnen einen guten Überblick zur Geschichte, Religion und Alltagskultur bietet. Das Magazin bekommen Sie von uns mit Ihren Buchungsunterlagen.



ESSEN UND TRINKEN

Die sri-lankische Küche ist eine der schärfsten der Welt. Grund ist natürlich die Nähe zu Indien, der Gewürzküche Südasiens. Das Standardgericht ist Reis und Curry mit Fisch oder Hühnchen. Andere gern gegessene Gerichte sind: Roty (Teigtasche mit versch. Füllung), Fried Rice (Reis mit versch. Beimischungen im Wok angeschmort) oder String Hoppers (Teignudeln in Streifen).

Weil auf Sri Lanka viele ethnische Gruppen leben, die jeweils ihre Küche mitgebracht haben, gibt es viele unterschiedliche Richtungen, die man probieren kann. Es gibt u.a. chinesische Restaurants, Restaurants mit 'halal food' (= nach muslimischem Ritus "rein"), typisch singhalesische Garküchen und natürlich Mischformen aus allem.

Vegetarier haben keine Probleme, denn im Buddhismus gibt es mehr Vegetarier als in christlichen Ländern. Überall kann man alle Gerichte auch ohne Fleisch bekommen. Auch Veganer werden in der sri-lankischen Küche immer was Leckeres finden, da viele Gerichte anstatt mit Butter oder Ghee mit Kokosmilch zubereitet werden.

Die Briten hinterließen eine Teekultur, die sich nicht nur im großflächigen Anbau zeigt, sondern auch darin, dass selbst einfachste Leute mindestens einmal am Tag Tee aufsetzen.

In den Ayurveda Resorts wird Ihre Ernährung auf Ihre Kur abgestimmt. Freuen Sie sich auf schmackhafte, frisch zubereitete und wunderbar bekömmliche Gaumengenüsse, die zum Erfolg Ihrer Ayurvedakur beitragen!



EINKAUFEN UND SOUVENIRS

Ladenöffnungszeiten:

Montag bis Freitag 9.00 - 17.00 Uhr. Manche Geschäfte schließen am Mittag von 13.00 - 14.00 Uhr. In Colombo öffnen die Geschäfte erst um 10.00 Uhr und können bis 21.00 Uhr geöffnet bleiben. Die meisten Geschäfte sind sonntags, sowie an Feiertagen und an allen Vollmondtagen (Poya) geschlossen; in manchen Gebieten gibt es sonntags allerdings Straßenmärkte.

Öffnungszeiten von Banken:

Montag: 9.00 - 13.00 Uhr

Dienstag bis Freitag: 9.00 - 13.30 Uhr

An Sonn-, Feier- und Vollmondtagen bleiben die Banken geschlossen (planen Sie diesbezüglich bitte rechtzeitige Geldwechsel mit ein).

Souvenirs:

Es gibt viele Souvenirs aus Sri Lanka. Da Edelsteine auf der Insel abgebaut werden, wird sehr viel Schmuck angeboten - kaufen Sie nur bei seriösen Händlern. Sehr schön sind Holzschnitzereien, Bätiken und Klöppelspitzen.



BESONDERE VERHALTENSWEISEN

Sri Lanka ist ein geschichtsträchtiges Land, in dem mehrere große Religionen zu Hause sind. Vielfach sind Aberglauben, Religion und Tradition eine Mischung eingegangen und prägen das Verhalten der Einheimischen.

Im Gegensatz zu Europa schüttelt man in Sri Lanka den Kopf, wenn man JA meint (genau genommen ist es ein leichtes Neigen des Kopfes nach rechts und links).

Pünktlichkeit oder die Erfüllung gemachter Zusagen gelten nicht immer als das Wichtigste im Leben eines Sri Lankesen. Viel wichtiger sind für ihn Freundlichkeit und Höflichkeit – manchmal sogar um den Preis einer (kleinen) Unwahrheit.

Almosen

In Sri Lanka wird nicht nur aus Armut gebettelt, sondern Betteln ist teilweise Bestandteil einer fest gefügten Tradition: das Almosengeben ist für den Frommen etwas Verdienstvolles. Um die Tempel herum scharen sich die Bettler und erwarten die Gläubigen, die sich im Voraus schon mit Kleingeld versehen haben und es nun versuchen gerecht zu verteilen.



ANHANG

REISELITERATUR

Vorfreude ist die schönste Freude! In diesem Sinne empfehlen wir Ihnen sich mithilfe von Reiseliteratur auf Ihre Reise einzustimmen und auf geplante Besichtigungen vorzubereiten. Eine kleine Auswahl interessanter Reiselektüre haben wir hier für Sie aufgelistet. Die Bücher sind in jeder Buchhandlung zu bestellen.

Verschiedene Reiseführer:

Petrich, Martin:

DuMont Reise-Taschenbuch Reiseführer Sri Lanka.
DuMont Reiseverlag (2014).
ISBN-10: 3770174429

Heiner Rolf, Anita Gaßmann, Gabriele Gestaltmayr:

Baedeker Reiseführer Sri Lanka.
Baedeker (2016).
ISBN-10: 3829714610

Homburg, Elke:

Sri Lanka: MERIAN Momente.
Travel House Media GmbH (2014).
ISBN-10: 3834218081

Miethig, Martina:

Sri Lanka: Reiseführer.
Vista Point Verlag (2014).
ISBN-10: 3868710310

Jörg Dreckmann, Rainer Krack:

Sri Lanka: Reiseführer für individuelles Entdecken.
Reise Know How Verlag (2013).
ISBN-10: 3831723389

Neukäter, Rüdiger:

Unterwegs in Sri Lanka. Menschen - Orte - Erlebnisse.
Wiesenburg Verlag (2014).
ISBN-10: 3940756156

Schwartzkopff, Marion:

Sri Lanka - Reiseführer des Herzens.
Books on Demand (2013).
ISBN-10: 3848253941

Nelles, Günter:

Nelles Guide Sri Lanka.
Nelles Verlag (2012).
ISBN-10: 3886187888

Geschichte/ Politik/ Gesellschaft:

Moosbrugger, Stephan:

Sri Lanka- Der schwierige Friedensprozess nach dem Bürgerkrieg.
GRIN Verlag (2016).
ISBN-10: 3640204999

Kurutiva, Peter:

Serendip. Die echte Sri Lanka- Küche.
Christian Verlag (2010).
ISBN-10: 3884728962

Püschel, Gert:

Der schönste Ort auf Erden. Reisende erzählen von Sri Lanka.
Aufbau Taschenbuch Verlag (2005).
ISBN-10: 3746621577

Palzinsky, Florian:

Wie ein Fremder im Paradies.
Innsalz Verlag (2004).
ISBN-10: 3900050295

Schleberger, Eckard:

Märchen aus Sri Lanka.
Diederichs Verlag (1985).
ISBN-10: 3424008478

Belletristik:

Ganneshananthan, V. V.:

Die Liebesheirat.
btb Verlag (2010).
ISBN-10: 3442738830

Soler, Ernst:

Staub im Paradies.
Grafit Verlag (2009).
ISBN-10: 3894253576

Ackermann, Claudia:

Der Krokodilfelsen - Sehnsucht nach Sri Lanka.
Reiseliteratur Verlag (2006).
ISBN-10: 3937274294

Selvaduria, Shyam:

Die Zimtärten.
Goldmann Verlag (2002).
ISBN-10: 3442450241

Ondaatje, Michael:

Es liegt in der Familie.

Deutscher Taschenbuch Verlag (1997).

ISBN-10: 3423124253

Selvaduria, Shyam:

Funny Boy.

Bollmann Verlag (1996).

ISBN-10: 3927901687



KONTAKTDATEN UND ANMELDUNG



Wolfgang Keller

w.keller@neuewege.com
02226-1588-201



Angelika Sturtz

a.sturtz@neuewege.com
02226-1588-202

NEUE WEGE Seminare & Reisen
Am Getreidespeicher 11, 53359 Rheinbach
Tel: +49 (0)2226-1588-00, Fax: +49 (0)2226-1588-070
info@neuewege.com, www.neuewege.com

NEUE WEGE ist seit 2009 mit dem CSR (Corporate Social Responsibility) Nachhaltigkeitssiegel zertifiziert!