

× 389 233

# SRI LAN KA



MARCO POLO KOAUTOR  
**Martin H. Petrich**

„Nicht einmal so groß wie Bayern bietet Sri Lanka eine fantastische Vielfalt. Und stets ist ein Strand nicht weit“, meint der Studienreiseleiter und Reisejournalist. Seit 1999 bereist der Wahlberliner die Tropeninsel und beschreibt ihre wunderbare Mischung aus Wildlife, uralter Hochkultur, Traumstränden und herrlicher Bergwelt.

## 6 INSIDER-TIPPS

### 8 BEST OF ...

- Tolle Orte zum Nulltarif
- Typisch Sri Lanka
- Schön, auch wenn es regnet
- Entspannt zurücklehnen

## 12 AUFTAKT

Entdecken Sie Sri Lanka!

## 18 IM TREND

In Sri Lanka gibt es viel Neues zu entdecken

## 20 FAKTEN, MENSCHEN & NEWS

Hintergrundinformationen zu Sri Lanka

## 26 ESSEN & TRINKEN

Das Wichtigste zu allen kulinarischen Themen

## 30 EINKAUFEN

Shoppingspaß und Bummelfreuden



## 32 DIE WESTKÜSTE

33 Colombo 42 Negombo

## 46 DER SÜDEN

46 Bentota/Beruwala  
50 Galle 53 Hambantota  
55 Hikkaduwa 56 Matara



## 58 AYURVEDA

## 60 DAS BERGLAND

60 Ella 63 Kandy 69 Nuwara Eliya 72 Ratnapura

## 74 DAS KULTURDREIECK

75 Anuradhapura  
81 Dambulla 82 Habarana  
83 Polonnaruwa 87 Sigiriya

## 88 DIE OSTKÜSTE

88 Arugam Bay/Pottuvil  
92 Batticaloa 93 Trincomalee

## 96 DER NORDEN

96 Jaffna



## 100 ERLEBNISTOUREN

100 Sri Lanka perfekt im Überblick  
104 Tempeltour um Kandy  
106 Bahnfahrt in die Berge  
109 Unterwegs im Norden

## 112 SPORT & WELLNESS

Aktivitäten und Verwöhnprogramme zu jeder Jahreszeit

## 116 MIT KINDERN UNTERWEGS

Die besten Ideen für Kinder

## 118 EVENTS, FESTE & MEHR

Alle Termine auf einen Blick

## 120 LINKS, BLOGS, APPS & CO.

Zur Vorbereitung und vor Ort

## 122 PRAKTISCHE HINWEISE

Von A bis Z

## 128 SPRACHFÜHRER

## 132 REISEATLAS



## 150 REGISTER & IMPRESSUM

## 152 BLOSS NICHT