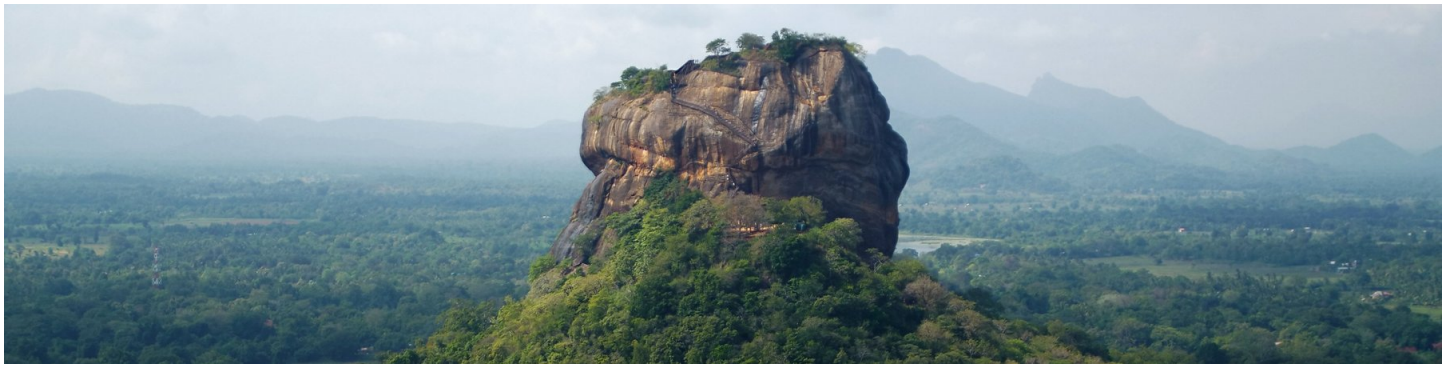
AYURVEDA & YOGA TRAVEL



Privatreise Highlights Sri Lankas

Tropische Natur und kulturelle Höhepunkte | 8 Tage

Entdecken Sie auf dieser abwechslungsreichen Individualreise die faszinierenden Berglandschaften Sri Lankas und erleben Sie unvergessliche Safari-Abenteuer in den schönsten Nationalparks des Landes. Trotz seiner überschaubaren Grösse begeistert Sri Lanka mit einer aussergewöhnlichen Vielfalt an kulturellen Sehenswürdigkeiten, eindrucksvollen Tempelanlagen, grünen Teeplantagen und abwechslungsreichen Naturlandschaften. Freuen Sie sich auf authentische Begegnungen, spektakuläre Ausblicke sowie spannende Tierbeobachtungen inmitten einer einzigartigen tropischen Kulisse.

AUF EINEN BLICK

Ganzjährig buchbar

ab CHF 1'580.-

Rundreisen

- Kochdemonstration in Kandy
- Weitsicht vom Lion Rock in Sigiriya
- Besuch einer Teefabrik
- Spektakuläre Bahnfahrt im Hochland
- Safaris im Udawalawe- und Minnerya Nationalpark

AYURVEDA & YOGA TRAVEL • Neuengasse 30 • 3001 Bern
Tel. 031 313 00 00 • info@ayurveda-yoga-travel.ch • www.ayurveda-yoga-travel.ch

Die Spezialisten
reisen ausser gewöhnlich
GLOBETROTTER GROUP MEMBER

Reiseprogramm

1. Tag: Ankunft am Strand von Negombo (-/-/-)
Nach Ihrer Landung auf Sri Lanka beginnt Ihre Reise ganz entspannt. Am internationalen Flughafen werden Sie von einem Vertreter unserer lokalen Partneragentur herzlich empfangen. Nach dem persönlichen Willkommen erfolgt der Transfer in die Küstenstadt Negombo, wo Sie in Ihrem Hotel einchecken und in aller Ruhe ankommen können. Nutzen Sie den Rest des Tages, um sich von der Anreise zu erholen und erste Eindrücke zu sammeln. Übernachtung in Negombo.
(Fahrzeit ca. 1 Stunde)

2. Tag: Fischmarkt Negombo & Aufstieg zum Sigiriya Lion Rock (F/-/-)
Heute Morgen besuchen Sie das traditionelle Fischerdorf von Negombo. Der lebhafte Fischmarkt zählt zu den grössten des Landes und bietet gute Einblicke in den Alltag der lokalen Fischer. Anschliessend fahren Sie ins kulturelle Herz Sri Lankas nach Sigiriya. Dort erwartet Sie der spektakuläre (2000 Stufen) Aufstieg auf den berühmten Sigiriya Lion Rock. Die eindrucksvolle Felsenfestung aus dem 5. Jahrhundert erhebt sich majestätisch über die umliegende Landschaft und gehört heute zum UNESCO-Weltkulturerbe. Während des Aufstiegs passieren Sie die berühmten Wolkenmädchen-Fresken, die Spiegelwand sowie die Überreste der einstigen Palastanlage. Oben angekommen, werden Sie mit einem atemberaubenden Panoramablick über die tropischen Wälder und Ebenen Zentral-Sri Lankas belohnt. Nach diesem unvergesslichen Erlebnis erfolgt die Weiterfahrt zu Ihrem Hotel. Zwei Übernachtungen in Sigiriya.
(Fahrzeit ca. 4 Std. / Wanderung Lion Rock ca. 2-3 Std.)

3. Tag: Sonnenaufgang Wanderung und Elefanten (F/-/-)
Noch vor Sonnenaufgang machen Sie sich auf den Weg zum Pidurangala Rock. Nach dem Aufstieg werden Sie mit einem spektakulären Ausblick auf den berühmten Sigiriya-Felsen und die erwachende Landschaft Zentral-Sri Lankas belohnt. Nach dem Frühstück erwartet Sie eine spannende Jeep-Safari im Minneriya-Nationalpark, Kaudulla-Nationalpark oder Hurulu Eco Park, abhängig vom aktuellen Aufenthaltsort der Elefantenherden. Die Nationalparks zählen zu den besten Orten des Landes, um wilde Elefanten in ihrer natürlichen Umgebung zu beobachten. Mit etwas Glück entdecken Sie zudem zahlreiche Vogelarten und weitere Wildtiere. Nach der Safari kehren Sie zu Ihrem Hotel zurück. Der Rest des Tages steht Ihnen zur freien Verfügung, um sich zu entspannen und die Erlebnisse des Tages auf sich wirken zu lassen.
(Wanderung Pidurangala Rock ca. 1.5 Std. / Minneriya National Park 3-4 Std.)

4. Tag: Sigiriya – Dambulla - Kandy (F/-/-)
Heute fahren Sie weiter nach Kandy, der kulturellen Hauptstadt Sri Lankas. Unterwegs besuchen Sie zunächst den berühmten Dambulla Cave Temple, eine eindrucksvolle Höhlentempelanlage und UNESCO-Weltkulturerbe. Die Tempelhöhlen beherbergen prachtvolle buddhistische Wandmalereien sowie zahlreiche Buddha-Statuen und zählen zu den bedeutendsten religiösen Sehenswürdigkeiten des Landes. Anschliessend besuchen Sie Nalanda Gedige, einen historischen Steintempel nahe Matale, der mit seiner einzigartigen Architektur beeindruckt und als geografischer Mittelpunkt Sri Lankas gilt. Umgeben von ruhiger Natur vermittelt die Anlage einen faszinierenden Einblick in die Geschichte und Kultur des Landes. Danach Weiterfahrt nach Kandy. Nach der Ankunft im Hotel haben Sie Zeit, sich zu entspannen und die besondere Atmosphäre der Stadt zu geniessen.
Zwei Übernachtungen in Kandy.
(Fahrzeit ca. 3 Std.)

5. Tag: Kandy: Zahntempel, Stadtbesichtigung und Kochdemonstration (F/-/-)
Am Morgen besuchen Sie den berühmten Tempel des Heiligen Zahns, eines der wichtigsten buddhistischen Heiligtümer Sri Lankas. Der prachtvolle Tempel beherbergt die heilige Zahnreliquie Buddhas und zieht täglich Pilger sowie Besucher aus aller Welt an. Im Anschluss erwartet Sie ein

authentisches Kochprogramm bei einer einheimischen Familie. Während einer interaktiven Kochdemonstration lernen Sie die traditionelle sri-lankische Küche kennen und erhalten spannende Einblicke in die Zubereitung typischer Gerichte und Gewürzmischungen. Zum Abschluss degustieren Sie die frisch zubereiteten Spezialitäten. Am Nachmittag entdecken Sie während einer Stadtrundfahrt die kulturelle Hauptstadt Kandy mit ihren kolonialen Gebäuden, lebhaften Märkten und hügligen Landschaften.
(Zahntempel ca. 1 Std. / Kochshow ca. 1.5 Std. / Stadtrundfahrt ca. 1 Std.)

6. Tag: Tee und Zugfahrt im Hochland (F/-/-)
Heute fahren Sie durch die Landschaften des Hochlands nach Nuwara Eliya, das wegen seines kühlen Klimas auch als „Little England“ Sri Lankas bekannt ist. Unterwegs besuchen Sie eine traditionelle Teefabrik und erhalten spannende Einblicke in die Herstellung des weltberühmten Ceylon-Tees. Beobachten Sie die verschiedenen Produktionsschritte von der Ernte bis zur Verarbeitung und haben Sie anschliessend Gelegenheit, selbst Tee zu pflücken. Danach geniessen Sie frisch aufgebrühten Ceylon-Tee mit Blick auf die grünen Plantagen. Danach erwartet Sie eine der schönsten Zugreisen Asiens: die spektakuläre Bahnfahrt von Ambewela nach Bandarawela führt vorbei an Teeplantagen, Wasserfällen und nebelverhangenen Bergen und bietet unvergessliche Ausblicke auf die Landschaft des sri-lankischen Hochlands. Nach der Ankunft Transfer zum Hotel und Zeit zur Erholung. Übernachtung in Bandarawela.
(Fahrzeit ca. 4 Std.)
Hinweis: Die Zugtickets können erst kurzfristig gekauft werden. Falls es Zugausfälle geben sollte, wird die Strecke mit dem Fahrzeug zurückgelegt.

7. Tag: Jeepsafari im Udawalawa Nationalpark (F/-/-)
Weiterfahrt nach Udawalawe über die malerischen Bergregionen von Haputale und Koslanda. Unterwegs besuchen Sie die eindrucksvollen Diyaluma-Wasserfälle, die mit einer Höhe von rund 220 Metern zu den schönsten Wasserfällen Sri Lankas zählen. Ein kurzer Spaziergang führt zu natürlichen Pools mit herrlichem Panoramablick über das Tal und die umliegende Landschaft. Anschliessend erwartet Sie eine spannende Jeep-Safari im Udawalawe-Nationalpark, einem der bekanntesten Wildschutzgebiete Sri Lankas. Der Park ist besonders für seine grossen Elefantenherden bekannt und bietet ausgezeichnete Möglichkeiten zur Tierbeobachtung. Mit etwas Glück entdecken Sie zudem Wasserbüffel, Hirsche, Krokodile, Affen und zahlreiche Vogelarten. Auch das Elefanten-Transit Home, eine Auffangstation für verwaiste Elefantenbabys, befindet sich in der Region. Übernachtung in der Nähe des Nationalparks.
(Fahrzeit ca. 3 Std / Safari ca. 3 Std.)

8. Tag: Udawalawa – Ayurveda Hotel oder Flughafen (F/-/-)
Nach dem Frühstück Weiterfahrt an die Küste in Ihr gebuchtes Ayurveda-Hotel oder zum Flughafen.

Hinweise: F = Frühstück, M = Mittagessen, A = Abendessen

Programm- und Preisänderungen bleiben ausdrücklich vorbehalten

Im Preis inbegriffen

- Rundreise mit klimatisiertem Privatwagen und englischsprechendem Driverguide
- Übernachtungen im Doppelzimmer
- Aktivitäten, Eintrittsgelder und Mahlzeiten gemäss Programm

Im Preis nicht inbegriffen

- Flüge nach/ab Colombo (gerne buchen wir die Flüge für Sie)
- Visum
- deutschsprechende Reiseleitung
- persönliche Ausgaben
- nicht inkludiertes Essen und Getränke
- fakultative Aktivitäten
- Trinkgelder

Preise

- Richtpreis pro Person im Doppelzimmer CHF 1'580.-
- Richtpreis pro Person im Einzelzimmer (bei 2 Reisenden) CHF 2'030.-
- Richtpreis pro Person ab 3 Reisenden auf Anfrage
- Aufpreis deutschsprechende Reiseleitung Pauschal CHF 660.-

Hinweise

Anforderungen
Diese Reise ist mit einer normalen Kondition gut zu bewältigen. In Sigiriya sind 1'202 Stufen zum Löwenfelsen zu bewältigen, aber die Route kann auch gerne angepasst werden.

Reiseleitung
Im Preis inbegriffen ist ein englischsprechender Driverguide. Diese Reiseleiter*innen wissen sehr gut Bescheid über Land und Leute und fahren auch das Auto. Für mehr Fachwissen gibt es die Option von einer nationalen Reiseleitung (lizenzierte Ausbildung in Sri Lanka), die von einem Fahrer begleitet wird. Wenn Sie eine deutschsprechende Reiseleitung wünschen, dann ist diese Variante auch mit Fahrer und Reiseleitung.

Hotels
Gerne senden wir Ihnen das detaillierte Reiseprogramm inklusive Hotelvorschlägen.

Klima
Auf Sri Lanka herrscht tropisches Monsunklima. Die Lage in Äquatornähe, die Gebirge im Inneren der Insel und der mit dem jahreszeitlichen Wechsel der Hauptwindrichtungen verbundene Einfluss des Monsuns bestimmen das Klima auf Sri Lanka. Zwischen Mitte Mai und Ende September herrscht der regenreiche Südwestmonsun und beschert der West- und Südwestküste starke Niederschläge. Der Osten und Nordosten bleiben trocken. Von Oktober bis Mitte April bestimmt der weniger ausgeprägte Nordostmonsun die Niederschläge im Norden und Osten der Insel. Ideale Reisezeit für das Hochland und die Südküste sind unsere Winter, die Ostküste hat mehr Regen im Winter und kann gut auch in der Zwischensaison im Frühling oder im Herbst besucht werden.

Ayurveda-Kur
Diese Rundreise eignet sich ideal, um vor einer Ayurveda-Kur Sri Lanka kennenzulernen. Sehr gerne offerieren wir Ihnen im Anschluss eine entspannende Ayurveda-Kur. Die vorgeschlagene Reise kann Ihren individuellen Wünschen angepasst werden.





AYURVEDA & YOGA TRAVEL • Neuengasse 30 • 3001 Bern
Tel. 031 313 00 00 • info@ayurveda-yoga-travel.ch • www.ayurveda-yoga-travel.ch

Die Spezialisten
reisen ausser gewöhnlich
GLOBETROTTER GROUP MEMBER