Aktivtour durch Sri Lanka

17 Tage

ASLK003

Asien
Sri Lanka

Weitere Bilder auf unserer Website ↗

Fragen zur Reise?
Steffen Kiefer 0341 / 55 00 94-40 steffen.kiefer@at-reisen.de

Reisebeschreibung

Viele Hunderte Kilometer herrlicher Badestrände und ein vielgestaltiges, immergrünes Bergland mit schroffen Gipfeln und sanften Tälern prägen das Landschaftsbild von Sri Lanka. Einzigartige kulturelle Schätze sind nicht nur Anschauungsobjekte für Archäologen, sondern werden seit Jahrtausenden verehrt und sind fest eingebunden in das religiöse Leben der Bevölkerung. Somit bietet sich diese Insel ideal für Trekkingtouren an, weil Sie alles in einem verbinden kann. Von Tempeln und Städten mit vielen Märkten und Ständen, hinzu sein Nationalparks die mit ihren Bergen und Wäldern auftrumpfen können. Bei Ihren Trekkings kommen sie oft an Reisfeldern und Obstplantagen vorbei wo Sie stets auf freundliche Bauern treffen und dem Land somit was sehr herzlichem geben. Auf dieser Tour bekommen Sie auch die geballte Vielfalt der Tiere zu sehen, gleich zu Anfang besichtigen Sie eine Elefantenaufzucht wo Sie ganz nah ran kommen an lieben Dickhäuter. Auch eine Safari im Yala-Nationalpark steht auf dem Programm, dort kreutzen Elefanten, Lippenbären, Hanuman-Languren, Sambahirschen, gewaltigen Wasserbüffeln, Hutaffen, Krokodilen und zahlreichen Vögeln Ihren Weg. Sie können die großartige Geschichte dieses Landes verfolgen indem Sie die historischen Orte besuchen wie die alten Forts und heiligen Tempel. Für Bewegung ist genügend gesorgt indem Sie den Pink-Quartz-Berg, den Adams-Peak, das „Wolkenmädchen“ und den Pidurrangala besteigen. Meist führen ellenlange Treppen hinauf zu einer sagenhaften Aussicht die, die ganze Mühe vergessen lassen. Tagestouren durch die Knuckles Mountain Range, den Yala-Nationalpark und die Hauptstadt Colombos sind willkommene Abwechslungen. Tauchen Sie ein in das Paradies für Trekkingfreunde! Alle Highlights dieses Landes in einer Tour lässt Ihnen kaum Zeit zum verschnaufen, bis auf den entspannten Tag am Strand wo Sie einfach die Seele baumeln lassen können und das erlebte verarbeiten. Wirklich ein Best of Trekking...

Charakter und Anforderungen der Reise

Die Wanderungen und Ausflüge weisen keine technischen Schwierigkeiten auf. Diese Tour und auch die Bestei-gung des Adams Peak ist von jedem abenteuerlustigen und durchschnittlich Reisenden mit Trittsicherheit zu bewältigen (ca. 1100 Höhenmeter im Auf- und Abstieg, ca. 5200 Treppenstufen). Jedoch können die großen Tempe-raturunterschiede zwischen Tages- und Nachtwerten verstärkte Anforderungen an den Organismus stellen. Ein gesunder Kreislauf und ein gesundes Herz ist ein unbedingtes Muss, denn große Hitze und Feuchtigkeit erschwe-ren das Atmen. Bitte konsultieren Sie vor der Reise Ihren Arzt. Der Körper sollte besonders bei den Tageswande-rungen immer mit ausreichend Flüssigkeit versorgt werden.

Mittel

Dieser Schwierigkeitsgrad erfordert eine moderate körperliche Belastbarkeit über mehrere Tage hinweg. Die Tagesprogramme können länger sein und eine gewisse Grundausdauer voraussetzen. Pausen sind eingeplant, dennoch kann die Abfolge der Aktivitäten fordernd wirken. Mentale Flexibilität bei Zeitplänen oder äußeren Einflüssen ist hilfreich.

Fitness
Solide Grundausdauer empfohlen

Training
2–3x pro Woche Ausdauertraining (z.B. Gehen, Radfahren, Schwimmen)

Psychische Belastung
Mittel – Offenheit und Anpassungsfähigkeit sinnvoll

Reiseverlauf

Tag 1

Anreise

Heute beginnt Ihre spannende Reise. Abflug von Deutschland nach Sri Lanka (aus Österreich oder Schweiz auf Anfrage).

Tag 2

Ankunft und Besuch Elefantenaufzucht

Nach Ihrer Landung in Colombo werden Sie schon erwartet und es geht auch gleich weiter. Sie werden von den Reiseleiter zu Ihrem Hotel in Pinnawala gefahren wo Sie erst mal in Ruhe Ihr Hotel beziehen können. Abhängig von Ihrer Flugzeit können Sie heute noch einen Abstecher in das Elefanten-Aufzucht-Center nahe des Maha Oya-Fluss machen. Die Elefanten sind bei Hindus und Buddhisten gleichermaßen heilige Wesen. Während die Hindus den Gott Ganesh verehren (Gott mit einem Elefantenkopf), glauben die Buddhisten, dass die Welt auf den Rücken von Elefanten getragen wird. Leider hat sich jedoch durch Veränderungen in den ursprünglichen Lebensräumen die Anzahl von einst 12.000 auf knapp 4.000 Dickhäuter verringert. Leider werden diese teilweise auch aus den Nationalparks verdrängt. Leider fallen auch heute noch die Elefanten Wilddieben oder erbosten Farmern zum Opfer. In beiden Fällen aber werden die gefundenen Dickhäuter in das extra dafür seit 1975 eingerichtete Elefantenwaisenhaus nach Pinnawela gebracht und verbringen dort ihr Leben in einer mittlerweile 60 Tiere umfassenden Herde. Vormittag und Nachmittage spazieren dann die Elefanten unter Trompetenstößen vom Waisenhaus zum Fluß. Dabei durchlaufen die Elefanten die Flanierpromenade der zahlreichen Händler wie bei einem Einkaufsbummel. Dabei ist Vorsicht geboten, denn die Tiere werden in Richtung Fluss immer schneller – denn den Badespaß möchte keiner verpassen! Am Fluss angekommen, kann man die Tiere bei Ihrem täglichen Bad beobachten oder mit einem kleinen Trinkgeld an die Mahouds (Elefantenführer) auch die Dickhäuer Streicheln oder kraulen. Übernachtung im Hotel

Verpflegung

Abendbrot

Tag 3

Felsenfestung Sigiriya und Höhlentempel Dambulla

Früh am Morgen fahren Sie nach Sigiriya und wandern durch eine tolle tropische Landschaft. Schon von Weiten sieht man die mächtige und über 200 m hohe Felserhebung, die sich senkrecht aus der Ebene abhebt. Durch die königlichen Lustgärten mit den prunkvollen Wasserbecken und Springbrunnen, erreichen Sie den Wandfuß. Der Weg führt weiter über Steintreppen hinauf und über eine Wendeltreppe erreichen Sie auf halber Höhe die berühmten Wandfresken mit den weltweit bekannten „Wolkenmädchen". Über die Spiegelwand gelangt man zu einem Zwischenplateau. Es geht weiter aufwärts, die Stufen führen nun durch das Vorderteil eines Löwen (mit seinen gewaltigen Pranken) bis zum Gipfel. Hier oben, gut gesichert gegen Feinde, befindet sich die ehemalige Festung. König Kassyapa regierte von diesem Platz aus sein Reich im 5. Jahrhundert. Sie lebten wie im Paradies, verwöhnt vom Ausblick auf die Landschaft. Architektonisch gibt es nichts Vergleichbares und fast möchte man von einem achten Weltwunder sprechen! Nach dem Abstieg fahren Sie weiter in das ca. 25 km entfernte Dambulla. Hier wartet ein weiterer Höhepunkt auf Sie. Die Wege ins Paradies sind bekanntlich eher mühsam, und so müssen Sie, um zu den herrlichen Höhlentempeln zu gelangen, erst einen frei stehenden Felsrücken besteigen (einfacher Weg/ Dauer ca. 20 min). Auch hier wird der Aufstieg belohnt von einem schönen Ausblick auf die grüne und von Hügeln überzogene Landschaft. In den fünf Felshöhlen befinden sich zahlreiche Buddha-Statuen sowie einzigartige Deckenmalereien. Anschließend fahren Sie zum Hotel und der Rest des Tages steht zur freien Verfügung. Wer möchte, kann noch den großen Markt im Ort besuchen. Übernachtung im Hotel

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 4

Besteigung des Pidurangala-Felsens & Besichtigung von Polonnaruwa

Wer möchte kann heute den Sonnenaufgang vom formschönen Pidurangala-Felsen erleben. Sie werden dabei gegen 4 Uhr morgens abgeholt und zum Wandfuß gefahren. Im Schein der Stirnlampen und der beginnenden morgendlichen Dämmerung steigen Sie über zahlreiche Stufen und Wanderwege hinauf zu Spitze des Felsens. Auf halber Strecke passieren Sie einen liegenden Buddha vorbei und man kann schon mal einen ersten Blick auf die schöne Aussicht genießen. Der finale Teil des Aufstiegs ist etwas abenteuerlicher. Die letzten paar Meter muss ordentlich gekraxelt und gequetscht werden. Oben angekommen können sie nun den Sonnenaufgang auf einem der beiden Plateaus genießen! Ein fantastischer Ausblick auf die Tropeninsel und hinüber zur Felsenfestung Sigiriya. Sobald dann der Magen anfängt zu knurren, steigen Sie wieder auf dem gleichen Weg nach unten. Jetzt sehen Sie auch endlich was von der Aufstiegsumgebung. Sie passieren riesigen Granitbrocken und wandern durch den sattgrünen Dschungel. Der Weg besteht hauptsächlich aus antiken Treppenstufen: 500 an der Zahl. Unten angekommen, werden Sie zum Frühstück zurück ins Hotel gebracht. Anschließend geht es weiter nach Polonnaruwa, in die glanzvolle Hauptstadt des singhalesischen Reichs. Eine der hervorragendsten Herrschergestalten, Parakrama Bahu I (1153-1186) prägte mit prachtvollen Bauten ihr Aussehen und leitete damit eine bedeutende Stilepoche der singhalesischen Kunst ein. Auf dem Programm stehen weiterhin ein Museumsbesuch, eine Holzschnitz- und Reisfabrik. Anschließend Transfer zum Hotel in Giritale und der restliche Nachmittag steht zur freien Verfügung. Übernachtung im Hotel

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 5

Wanderung in den Knuckles Mountain Range / Besteigung des Pink-Quartz-Berges

Der Gebirgszug Knuckles Range bildet den nordöstlichen Teil des Hochlands Sri Lankas. Der singhalesische Name für dieses Massiv ist "Dumbara Kundavetiya", was "nebliges Bergland" bedeutet. Neben Horton Plains und Peak Wilderness ist das Waldschutzgebiet Knuckles Teil des Biospärenreservats im zentralen Hochland. Im Jahr 2010 wurde es aufgrund seines einzigartigen Hochnebelwaldes zum Welterbe ernannt. Besonders in höheren Lagen sind Flächen dieses Nebelwalds erhalten geblieben. Er ist auch Lebensraum endemischer Pflanzenarten und berühmt für seine Artenvielfalt. Knuckles Range zählt mit zu den besten Wandergebieten in Sri Lanka. Früh am Morgen geht es für Sie los um den Pink-Quartz-Berg in der Nähe von Dambulla zu besteigen. Dieser Berg, mit seinem farbenfrohen Schimmer, besteht zu vielen Teilen aus pinken Quartz und hat so seinen Namen bekommen. In der Gegend befinden sich 3 Wasserfälle deren Wasser besondere Kräfte besitzen sollen. Der bekannteste ist der „Hulu Ganga“ mit einer Fallhöhe von ca. 75 m. Viele einheimische Besucher trinken das Wasser in der Hoffnung körperliche Perfektion und geistliche Zufriedenheit zu erlangen. Am Nachmittag geht es in das Zentrum der Insel zum Knuckles Mountain Range, so genannt weil sein Aussehen den Knöcheln einer geschlossenen Faust ähnelt. Sie unternehmen ein Trekking auf und um diesen Berg, der in einem sagenhaften Naturschutzgebiet liegt. Sie wandern auf kleinen natürlichen Pfaden durch diesen Dschungel mit seinen unendlich wirkenden Flora und Fauna. Nach diesem langen und aufregenden Tag geht nun langsam die Sonne unter und Sie werden in das Hotel gefahren. Runden Sie doch den Tag mit einem kühlen Getränk im Hotel ab. Übernachtung im Hotel

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 6

Wanderung im Knuckles-Mountain-Range-Nationalpark

Nach Ihrem Frühstück geht es zurück in das Gebiet des Knuckles Mountains. Gestern bestiegen Sie den Berg und wanderten um Ihn herum. Doch das Gebiet dieses Nationalparks beinhaltet 155km2 und es gibt so viel mehr zu sehen und zu erleben. Sie wandern auf schmalen festgetretenen Wegen die sonst nur von einheimischen Farmern und Bauern benutz wird um zu Ihren Teeplantagen oder Kardamomfeldern (ein Ingwergewächs) zu gelangen. Sie sind heute 16km und ca. 7 Stunden unterwegs aber für Ihr leibliches Wohl ist gesorgt. Ihre Reiseleitung wird Ihnen ein kulinarisches Picknick vorbereiten um neue Kraft zu tanken, die Sie noch brauchen werden. Sie passieren auf Ihrem Weg Reisfelder und Flüsse wo Einheimische fleißig bei der Arbeit sind. Hohe Bäume, Schlingpflanzen, Büsche, Sträucher, Blumen und Tiere sind ständige Weggefährten. Am Ende Ihres Weges erfolgen viele kleinere Bergbesteigungen in Manigala. In dieser kleinen Gebirgskette geht bis auf 2.000 m hoch von wo aus Sie einen herrlichen Blick über den Dschungel und die Insel haben. Nach einer kleinen Rast geht es für Sie zurück in das Hotel. Übernachtung im Hotel

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 7

Via Matale in die ehemalige Königsstadt Kandy

Heute geht es weiter nach Kandy, der schönsten Stadt von Sri Lanka. Diese Stadt war die letzte Kö-nigsstadt und ist heute geistiges und kulturelles Zentrum der Insel. Unterwegs legen Sie einen Stopp am Tempel Nalanda Gedige und im Matale Spice Garden ein. Hier erleben Sie bei einem Rundgang die wichtigsten Pflanzenkräuter, die für die Ayurveda-Kultur verwendet werden und von großer Bedeu-tung sind. Kurz danach erreichen Sie die Stadt Kandy, die eingebettet in eine von tropischen Wäldern bedeckte Hügellandschaft liegt. Am Nachmittag besuchen Sie den berühmten buddhistischen „Zahn-tempel“, wo ein Zahn Buddhas (oberer linker Eckzahn) aufbewahrt wird. Diese Reliquie war eine wich-tige Quelle der Legitimität des singhalesischen Königtums und wurde daher immer in der jeweiligen Residenzstadt aufbewahrt. Sie macht die Stadt zu einer der wichtigsten Pilgerstätten des Buddhis-mus, was ein wesentlicher Grund für den Wohlstand der Stadt ist. Zu den jährlichen Prozessionen (August) wird die Stadt von zahlreichen Pilgern besucht, denn hier wird dann auch der Zahn auf ei-nem Elefanten durch die Stadt getragen.Am frühen Abend haben Sie Gelegenheit, eine beeindru-ckende und kulturelle Tanzshow mit verschiedenen ceylonesischen Tänzen und die Feuerläufer zu er-leben. Übernachtung im Hotel

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 8

Wildwasser-Rafting und Weiterfahrt zum Adams Peak

Heute geht es via Gampola bis nach Kitulgala. Hier startet Ihre Wild-Wasser-Rafting-Tour auf dem Kelani-Fluss (wer nicht mitfahren möchte, kann auch die Strecke mit dem Fahrzeug zurücklegen). Die dreistündige Tour startet relativ gemächlich, doch das Wasser wird dann teilweiser wilder und verlangt den Raftern in mehreren schönen Stromschnellen einiges ab. Sie werden dabei vorher eine gründliche Einweisung bekommen und von professionellen Raft-Guides begleitet. Sie erhalten für die Fahrt eine Schwimmwesten und Helme (nur für Schwimmer!). Anschließend kommen Sie dann in Dalhousie (ca. 1.150 m) an und beziehen Ihr Hotel. Genießen Sie die Ruhe und sammeln Sie noch ein-mal ausreichend Energie für den bevorstehenden Mitternachtsaufstieg auf den Adams Peak (auch Sri Pada genannt). Start ist ca. um 2:30 Uhr. Die beste Jahreszeit für die Besteigung ist von November bis April. In den anderen Monaten ist es windig, teilweise regnerisch und der Weg nach oben ist nicht be-leuchtet. Übernachtung im Hotel

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 9

Besteigung des Adams Peak 2.243 m und Zugfahrt durch das Hochland

Obwohl der Adams Peak nur der fünfthöchste Berg Sri Lankas ist, gilt er als die bedeutendste Erhe-bung der Insel. Für Hindus, Buddhisten und Moslems, aber auch für den christlichen Teil der Bevölke-rung ist er der Pilgerberg schlechthin. Hier auf dem Gipfel soll Buddha einen Fußabdruck hinterlas-sen haben. Sie starten gegen 2:30 Uhr in der Nacht. Gemeinsam mit vielen Pilgern sind Sie unterwegs auf den Spuren Buddhas. Man muss 5200 Treppenstufen erklimmen, um ans Ziel zu gelangen. Der Ausblick, wenn die Sonne aufgeht und die Landschaft von Sonnenstrahlen umhüllt wird, ist atembe-raubend! Auf dem Gipfel befindet sich ein kleiner Tempel mit der ummauerten Fußspur von Buddha sowie eine Gipfelglocke. Nach ausgiebiger Gipfelrast steigen Sie wieder ab, so dass Sie am frühen Vormittag wieder zurück in Dalhousie sind. Nach einer ausgiebigen Dusche geht es mit dem Bus dann weiter bis nach Hatton. Hier besteigen Sie den Zug und fahren bis nach Nuwara Eliya. Diese Zugfahrt wird Ihnen einige unvergessliche Momente bescheren. Sie werden wunderschöne Hügellandschaften, Teeplantagen und Wasserfälle sehen. Nach Ankunft in Nuwara Eliya, der ehemalige Kononialstadt, welche von den Briten erbaut, haben Sie nach Hotelbezug am späten Nachmittag die Möglichkeit ei-ne Teefabrik zu besichtigen (ansonsten am nächsten Tag). Hier können Sie den Entstehungsprozess von Tee verfolgen und sich die dazugehörigen Plantagen anschauen. Übernachtung im Hotel

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 10

Von der World`s End bis nach Ella

Das einsame, mit Gräsern und Büschen bewachsene Hochland Horton Plains, ist das höchste des Landes und ein beliebtes Ausflug- und Wanderziel. Im Nationalpark findet man die letzten Reste des subtropischen Bergnebelwaldes. Sie wandern (ca. 6 km) durch die subtropische Vegetation bis zu den Aussichtspunkten „World`s End“ und „Little World`s End“. Beim ersteren fällt eine gigantische Fels-wand fast 1.000 m steil in die Tiefe und beim zweiten bis zu 600 m! Dann geht es weiter durch eine traumhafte Hügellandschaft mit unzähligen Wasserfällen und üppig grünen Teeplantagen. Mit etwas Glück sehen Sie auch Ceylon-Hutaffen in den Bäumen herumtollen! Darüber hinaus steht eine Be-sichtigung einer Teefabrik auf dem Programm. Im Ort Ella endet die heutige Reise. Am Nachmittag besteht die Möglichkeit, den kleinen Adams Peak zu besteigen (ca. 1h). Von dem Gipfel hat man eine schöne Aussicht in das Tiefland. Übernachtung im Hotel

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 11

Buduruvagala und weiter bis nach Tissamaharama

Über Serpentinen verlassen Sie das kühlere Hochland und fahren bis nach Buduruvagala. Hier be-sichtigen Sie die Felsbildwerke aus dem 8. und 9. Jahrhundert. Mittelpunkt ist ein 15 m hoher stehen-der Buddha. Anschließen fahren Sie weiter in den Süden von Sri Lanka. Nach dem Mittagessen steht ein weiterer Höhepunkt auf dem Programm, die Besteigung des „God Skanda"-Berges. Auf der Spitze befindet sich ein Göttertempel. Die Gesamtentfernung beider Wege erstreckt sich über mehrere Ki-lometer und ist gleichzeitig ein wunderbares Erlebnis und kleines Abenteuer. Übernachtung im Hotel in Tissamaharama oder Katagarama

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 12

Tiersafari im Yala-Nationalpark

Zeitig starten Sie heute zu einer ganztägigen Safari im Yala-Nationalpark. Yala ist bekannt für seinen hohen Leopardenbestand. Genießen Sie die Fahrt im offenen Jeep entlang des indischen Ozeans und halten sie Ausschau nach Elefanten, Lippenbären, Hanuman-Languren, Sambahirschen, gewaltigen Wasserbüffeln, Hutaffen, Krokodilen und zahlreichen Vögeln. Der Yala-NP ist auch Überwinterungs-gebiet für Zugvögel. Nach einer gemütlichen Mittagsrast und Relaxen im Hotel starten Sie am Nach-mittag zu einer weiteren Safari im Yala-Nationalpark. Im Anschluss geht es weiter Richtung Süden, wo Sie in Mirissa Ihr Badehotel beziehen werden. Übernachtung im Hotel

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 13

Mirissa – Badetag

Genießen Sie den Tag im Paradies am herrlichen Sandstrand und dem erfrischenden Meerwasser und Wellen. Einfach ein Tag zum Abschalten und Sonne genießen. Übernachtung im Hotel Tipp Walbeobachtung: Von Dezember bis März besteht vom Hotel aus die Möglichkeit (Preis ca. 50-60 € abhängig von der Teilnehmeranzahl) zur Walbeobachtung. Per Boot geht es hinaus auf den Ozean, wo die größten Säugetiere der Welt aus nächster Nähe zu sehen sind Tipp Badeverlängerung: Bei individuellen Touren können Sie auch die Badeverlängerung je nach Wunsch verlängern. Sprechen Sie es bei der Buchung mit an.

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 14

Galle Dutch Fort

Am Morgen geht es weiter zu dem holländischen Fort Galle. Auf dem Weg besuchen Sie die bekannten „Stilt Fishermen" (Pfahl-Fischer) in Ahangama, die auf Pfählen sitzen und nach exotischen Wasserbewohnern fischen. Anschließend betreten Sie das alte holländische Stadtviertel durch das „Neue Tor", was von Wällen umgeben ist und direkt an der Küste liegt und von den Briten im Jahre 1873 erbaut wurde. Dieses Fort hat eine bewegende Geschichte. Im 14. Jahrhundert wurde der Hafen das erste Mal erwähnt. Im Jahre 1505 landeten die Portugiesen und erbauten 1589 das Fort, was die Holländer 1640 eroberten und zerstörten. Daraufhin erbauten Sie Ihr eigenes Fort das 156 Jahre in Ihrer Hand blieb. Im Jahre 1796 übernahmen die Briten kampflos das Lager was Ihnen aber nicht viel brachte, da schon 19 Jahre später der Hafen seine Stellung als wichtigster Südwesthafen zugunsten Colombos verlor. Bei einem Rundgang durch dieses alte Fort besichtigen weiterhin noch eine Museen, den alte Stadtkern, Promenaden, das Government-Haus, Kirchen und Bastionen. Anschließend Weiterfahrt nach Matugama, wo Sie Ihr nächstes Quartier beziehen. Übernachtung im Hotel Auf der Fahrt nach Matugma können Sie noch eine Stopp in Kosgoda und an der Turtle Hatchery (Schildkrötenaufzucht) einlegen und eine ca. 1 stündige Bootsfahrt auf dem Madu-River unternehmen. Tauchen Sie dabei ein in eine Feuchtgebietsmündung die sich über 900 Hektar erstreckt, von denen ca. 770 Hektar mit Wasser bedeckt sind und auf der sich 64 Inseln t. Vom Boot aus erleben Sie einen der letzten komplexen Feuchtgebietsökosystem der Insel, welches auch zum Weltkulturerbe ernannt wurde und durch die Ramsar-Konvention geschützt ist. Fast nur noch hier finden Sie einen der letzten und unberührten Mangrovenwälder vor. Gleiten Sie mit dem Boot an riesigen Mangrovenwäldern vorbei und bestaunen Sie den üppig grünen Dschungel-Baldachin der wie ein Tunnel nach oben zugewachsen ist. Am späten Nachmittag und Abend kommen dann die Fischer in ihren Kanus, die mit Laternen an Fallen versuchen Garnelen und andere Schalentiere zu fangen. Weiterhin lohnt sich ein Abstecher zur Schildkrötenaufzucht. Weltweit sind alle sieben Arten von Meeresschildkröten gefährdet. Von diesen sieben Arten kommen fünf an Land, um an den Stränden auf der Insel zu nisten. Beobachten Sie das Spektakel wenn die Meeresschildkröten schlüpfen und zurück ins Meer schwimmen.

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 15

Wanderung durch die Umgebung von Matugama

Heute unternehmen Sie eine ganztägige Wanderung durch das Gebiet rund um Matugama. Dabei werden Sie ungefähr 10 km zu Fuß zurücklegen. Sie wandern durch viele einheimische Plantagen mit ihren freundlichen und beschäftigen Bewirtschaftern. Ein gelungener Abschluss um sich noch einmal die Herrlichkeit dieser Insel bewusst zu werden und sein Auge noch mal schweifen zu lassen. Übernachtung im Hotel

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 16

Hauptstadt Colombo und das Negombo Fort

Am Morgen fahren Sie zurück in die Hauptstadt Sri Lankas. Nach Ihrer Ankunft führt Sie Ihr Reiseleiter auf eine entspannte Tour durch die Stadt. Flanieren Sie durch die Straßenzüge mit den einst prächtigen Häusern oder schlendern Sie durch die vielen Märkte und Stände. An jeder Straßenecke gibt es andere exotische Sachen zu ersteigern. Nutzen Sie doch die Gelegenheit für schöne Souvenirs für Ihre Familie und Freunde. Ein wichtiger Hindu-Tempel, sowie Kirchen, den Fort Clock Tower, das Haus des Präsidenten, das Colombo Fort, Museen, das World Trade Center und der Strand von Colombo sind nur einige Highlights dieser Hafenstadt. Am späten Nachmittag können Sie noch das naheliegende Negombo Fort besichtigen. Ein Relikt aus der glorreichen Zeit der Holländer und Ihrer Eroberungszeit auf Sri Lanka. Übernachtung in einem Hotel in Negombo

Verpflegung

Frühstück, Abendbrot

Tag 17

Heimreise

Nach dem Frühstück fahren Sie zum Bandaranaike-Flughafen und beginnen Ihren Rückflug in die Heimat.

Verpflegung

Frühstück

Leistungen

Das ist inbegriffen

- alle Transfers und Überlandfahrten lt. Programm in Privatfahrzeugen (Klimaanlage)
- Alle Eintrittspreise/ Eintrittskarten lt. Programm
- Unterkunft in landestypischen 3*Mittelklassehotels / 4* Komforthotels
- Verpflegung – 15x Frühstück und 15x Abendessen (siehe Programm)
- Englisch sprechender einheimischer AT-Reiseleiter während der Rundreise (deutschsprachiger gegen Aufpreis von 55 Euro pro Tag (geteilt durch Teilnehmeranzahl)
- Sonderkonditionen bei verschiedenen Ausrüstern und Bergsportläden (bitte fragen Sie uns)

Nicht enthalten

- Flüge ab/ an Deutschland (weiter Abflughäfen auf Anfrage) oder anderen Fluggesellschaften in der Economy-Class inkl. Tax und Kerosinzuschlägen ab 850,- Euro (gern erstellen wir Ihnen ein separates Flugange-

bot)

- ☒ fehlende Mahlzeiten und Getränke
- ☒ individuelle Besichtigungen und Ausflüge
- ☒ Visumkosten
- ☒ Trinkgelder
- ☒ Einzelzimmerzuschlag 450,- Euro / Komforthotel 470.-Euro
- ☒ Übergepäck
- ☒ eventuelle Flughafengebühren und Steuern
- ☒ Reiseversicherung

Wichtige Informationen zur Reise

Zum Land

Visum

Die Einreise ist für deutsche Staatsangehörige mit einem Reisepass oder einem vorläufigen Reisepass möglich. Die Ausweisdokumente müssen mindestens 6 Monate über die Reise hinaus gültig sein.

Deutsche Staatsangehörige benötigen für die Einreise ein gebührenfreies Visum, das vor der Einreise über das Electronic Travel Authorization (ETA)-Portal der Einwanderungsbehörde beantragt werden muss.

Bei der Beantragung im Online-Verfahren sollte unbedingt darauf geachtet werden, dass

- ausschließlich die offizielle Webseite des Sri Lanka Electronic Travel Authorization System (ETA) nutzen, um Vermittlungsgebühren zu vermeiden.
- alle Angaben korrekt sind. Die sri-lankischen Behörden bestehen auch bei kleinen Fehlern (z. B. Zahlendreher oder versehentliche Eintragung des Buchstaben „O“ anstatt der Zahl „0“ in der Passnummer) auf der Ausstellung eines neuen Visums.
- bei der Visumbeantragung unbedingt der richtige Reisezweck angegeben wird. Reisende, die ihr Visum für einen nicht beantragten Reisezweck missbrauchen (z. B. geschäftliche Aktivitäten oder Teilnahme an Konferenzen mit einem Touristenvisum), riskieren verhaftet und abgeschoben zu werden.

Touristenvisa werden bei der Erstbeantragung für eine Dauer von 30 Tagen und für eine Einreise ausgestellt.

Verlängerungen von Touristenvisa sind möglich, aber äußerst zeitaufwändig. Eine frühzeitige Aufnahme mit der Einwanderungsbehörde „Department of Immigration and Emigration, 45 Ananda Kumaraswamy Mawatha, Colombo 8“ per E -Mail an **dcvisa@immigration.gov.lk** wird dringend empfohlen (Quelle: Auswärtiges Amt, Stand 08/2026)

Impfungen

Für die direkte Einreise aus Deutschland sind keine Pflichtimpfungen vorgeschrieben.

Bei Einreise aus einem Gelbfiebergebiet oder Aufenthalt von mehr als 12 Stunden im Transit eines Gelbfiebergebiets müssen alle Personen ab einem Alter von neun Monaten eine Gelbfieberimpfung nachweisen.

Eine Impfung gegen Hepatitis A wird empfohlen. Nach individueller Indikation sind zusätzlich Impfungen gegen Chikungunyafieber, Denguefieber, Hepatitis B, Japanische Enzephalitis, Tollwut und Typhus angeraten.

Achten Sie darauf, dass sich bei Ihnen die Standardimpfungen gemäß Impfkalender der STIKO auf aktuellem Stand befinden. Insbesondere sollte ein adäquater Impfschutz gegen Masern sichergestellt sein (Quelle: Auswärtiges Amt, Stand 08/2026) .

Hygiene

Insbesondere durch mangelnde Trinkwasser-, Lebensmittel- und Handhygiene können Erkrankungen auftreten, die oft mit Durchfällen einhergehen. Häufig treten bei Reisenden unbestimmte Reisedurchfälle und ggf. auch bestimmte Viruserkrankungen der Leber (Virushepatitis A und E) und Typhus auf.

Beachten Sie grundlegenden Hygienehinweise und lassen Sie sich ggf. hinsichtlich einer Hepatitis A- und Typhus-Impfung beraten.

Baden im Meer

Äußerste Vorsicht ist beim Schwimmen im offenen Meer, je nach Stärke der Brandung, angezeigt. Sri Lankas Küsten weisen starke, sich ständig verändernde Strömungen auf, die auch Ortsunkundige nicht erkennen.

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 (auf Sri Lanka "Yala" genannt) und beschert der West- und Südwestküste starke Niederschläge. Der Osten und Nordosten bleiben trocken. Von Oktober bis Mitte April konzentriert der weniger ausgeprägte Nordostmonsun ("Maha") die Niederschläge im Norden und Osten der Insel. In den Übergangszeiten zwischen den Monsunen ist es auf Sri Lanka verhältnismäßig feucht, d.h. es ist bewölkt und kurze Schauer fallen.

Sri Lanka kann von tropischen Zyklonen getroffen werden. Normalerweise sind die aktivsten Monate Mai und Oktober/November.

Das zentrale Bergland wirkt als Klimascheide. Auf der einen Seite befindet sich im Südwesten die immer feuchte Zone , die, mit Spitzenwerten im April-Juni und Oktober/November, Jahresniederschläge von 2.000 mm an der Küste und über 5.000 mm im Bergland aufweist.

Auf der anderen Seite im Südosten, Osten und Norden der Insel im Regenschatten des Gebirges liegt die trockenere, wechselfeuchte Zone mit Jahresniederschlägen von 1.500 mm (Südosten) und weniger als 900 mm (Norden).

Die Temperaturen auf Sri Lanka sind hoch und variieren ganzjährig nur wenig. Im trockenen Nordosten sind sie höher als im feuchten Südwesten. Die höchsten Temperaturen treten von März bis Juni auf. Von November bis Januar ist die kühlste Zeit. Die Werte liegen im Küstentiefland bei durchschnittlich 26-31 °C. Nachts fällt es selten unter 25 °C.

Die Luftfeuchtigkeit ist hier mit 70-90 % relativ hoch. Nur die Gebiete direkt an der Küste wirken durch die Meeresbrisen erträglicher. Im zentralen Bergland ist das Klima angenehmer. Die Temperatur schwankt zwischen 20 und 24 °C in über 1.000 m und zwischen 12 bis 16 °C in über 2.000 m Höhe. Im Winter kann es sogar Schnee und leichten Frost geben. Die Luftfeuchtigkeit ist hier deutlich geringer als im Tiefland.

Währung/Devisen

Die Währung Sri Lankas ist die Sri Lanka Rupie (LKR). 1 Euro sind etwa 386 LKR (Stand 08/2026).

Sie dürfen maximal 1.000 LKR ein- und ausführen, deshalb sollten Sie erst in Sri Lanka Ihr Geld tauschen. Sie dürfen 5.000 US-Dollar ausländischer Währung einführen. Sie können an fast allen Orten (Wechselstuben, Banken, Hotels und Restaurants) wechseln. Dollar sind nicht mehr nötig, denn Euros werden überall angenommen.

Wechseln Sie Ihr Geld lieber bei einer offiziellen Bank, da Sie dann auch immer einen tagesaktuellen Wechselkurs bekommen. In den Städten und auch kleineren Orten können Sie auch am Automaten Geld abheben. Zuverlässige Banken sind die Commercial Bank, Sampath Bank und Seylan Bank.

In Hotels, größeren Geschäften und manchen Restaurants können Sie mit Kreditkarte zahlen. Mastercard und Visa sind die am meisten akzeptierten Kreditkarten. Es empfiehlt sich für Trinkgelder immer einen Bargeld Vorrat bei sich zu haben.

Die Sri Lanka Rupie (LKR) hat hundert Cent. Es gibt Münzen für 5, 10, 25, 50 Cent und für 1, 2, 5 und 10 Rupien. Es gibt Scheine im Wert von 10, 20, 50, 100, 200, 500 und 1000 Rupien. Achten Sie bitte auf die unterschiedlichen Münz- und Scheinarten, um beim Bezahlen Verwechslungen zu vermeiden.