

MERIAN *live!*

SRI LANKA



Mehr entdecken mit **MERIAN TopTen 360°**

FotoTipps für die schönsten Urlaubsmotive

Ideen für abwechslungsreiches **Reisen mit Kindern**

SRI LANKA

Elke Homburg kennt und liebt Sri Lanka seit über 20 Jahren. Viele Jahre lang führte sie Studienreisegruppen über die Tropeninsel. Heute lebt sie als Autorin und Redakteurin in München.



Familientipps



Barrierefreie Unterkünfte



Umweltbewusst Reisen



FotoTipp



Ziele in der Umgebung



Faltkarte

Preise für ein Doppelzimmer
mit Frühstück:

€€€€ ab 150 € €€€ ab 100 €
€€ ab 50 € € bis 50 €

Preise für ein dreigängiges Menü
ohne Getränke:

€€€€ ab 30 € €€€ ab 20 €
€€ ab 10 € € bis 10 €



INHALT

Willkommen in Sri Lanka 4

10 **MERIAN TopTen**
Höhepunkte, die Sie sich nicht entgehen lassen sollten 6

MERIAN TopTen 360°
Hier finden Sie sich schnell zurecht 8

10 **MERIAN Tipps**
Tipps, die Ihnen unbekannte Seiten des Landes zeigen 14

Zu Gast in Sri Lanka 18

Übernachten 20

Essen und Trinken 22

Einkaufen 26

Sport und Strände 28

Familiertipps 32

◀ Der Erleuchtete in einer Darstellung im Höhlentempel von Dambulla (▶ S. 85).



Unterwegs in Sri Lanka 36

Colombo und die Westküste	38
Galle und die Südküste	50
Kandy und das Hochland	66
Kulturdreieck/Königsstädte	80
Jaffna-Halbinsel und Ostküste	94

Touren und Ausflüge 104

Königliche Spuren – Polonnaruwa mit dem Fahrrad erkunden	106
Horton Plains – Eine Wanderung zum »Ende der Welt«	107
Mit dem Zug ins Teeland – Ein Höhepunkt (nicht nur) für Eisenbahnfans	108

Wissenswertes über Sri Lanka 110

Auf einen Blick	112
Geschichte	114
Reisepraktisches von A–Z	116
Orts- und Sachregister	124
Impressum	128

Karten und Pläne

Sri Lanka	Klappe vorne
Colombo	Klappe hinten
Galle	53
Kandy	69
Anuradhapura	83

EXTRA-KARTE ZUM HERAUSNEHMEN Klappe hinten



Willkommen in Sri Lanka

Palmenstrände, Dschungelpfade, Teeberge und Tempelstädte – der kleine Inselstaat bietet alles und noch viel mehr.

Bei der 300. Stufe höre ich schließlich auf zu zählen. 5200 sollen es insgesamt sein: ausgetretene, von unzähligen Monsunregen ausgewaschene und zum Teil recht hohe Stufen. Das ist wahrlich kein Zuckerschlecken um 2 Uhr nachts. Doch immerhin – eine Leuchtschlange aus Neonröhren windet sich zum Gipfel des Adam's Peak und weist den Weg auf Sri Lankas heiligen Berg. Gebrechliche alte Menschen hangeln sich barfuß, Mantras murmelnd, mühsam von Stufe zu Stufe, gestützt auf Kinder und Enkelkinder. Väter tragen Kleinkinder auf den Schultern, Mütter stillen unterwegs ihre Babys. Eine Studentenclique aus Colombo in teurer Tommy-

Hilfiger-Sportswear, die ich in einer der Teestuben unterwegs treffe, motiviert sich mit Hip-Hop im Ohr. Nach vier schweißtreibenden Stunden empfangen Öllämpchen, Gebetsfahnen und trommelnde Priester die Pilger auf dem Gipfel. Geduldig reihen sie sich in die Schlange ein, um für einen Moment einen überdimensionalen Fußabdruck zu bestaunen. Buddha persönlich hinterließ ihn, glauben die Buddhisten. Die Hindus schreiben ihn Shiva zu, Christen und Muslime Adam. Für Anhänger aller Religionen gilt: Der Aufstieg bringt jede Menge Pluspunkte fürs Jenseits oder eben für das nächste Leben – je nach Religion.

◀ Enorme Monolithe, wie hier in Sigiriya (▶ MERIAN TopTen, S. 89), ragen mehrfach aus Sri Lankas Dschungel.

Man kennt viele Götter in Sri Lanka: Hindutempel liegen oft in nächster Nachbarschaft zu Moscheen und Kirchen. Doch vor allem ist das frühere Ceylon die Insel Gautama Buddhas, des Mannes mit dem überirdischen Lächeln, der Gewaltfreiheit predigte.

Unruhige Zeiten im Paradies

Die meisten Sri Lanker strahlen so viel Sanftmut aus, dass man sie für Musterschüler des Erleuchteten halten möchte. Doch warum tobte ausgerechnet hier mehr als 25 Jahre lang ein grausamer Bürgerkrieg zwischen Tamilen und Singhalesen oder – genauer – zwischen Regierungstruppen und den Rebellen der LTTE (Liberation Tigers of Tamil Eelam), der fast 100 000 Todesopfer forderte, unzählige Verwundete und Traumatisierte zurückließ und die steile touristische Karriere Sri Lankas stoppte?

Eine klare Antwort auf diese Frage hat niemand. Im Mai 2009 konnte der damalige Präsident Mahinda Rajapaksa jedoch endlich den Sieg über die Rebellen verkündigen. Seitdem herrscht Frieden – und Aufbruchsstimmung – im ganzen Land. Die Tourismusindustrie erlebt einen einzigartigen Boom, an der Infrastruktur des Landes wird eifrig gebastelt.

Zum Baden allein viel zu schade

Sri Lanka heißt, frei übersetzt, »strahlend schönes Land«. Und das ist kein bisschen übertrieben – die Schönheit der Insel soll schon Marco Polo verzaubert haben. Doch zunächst lockten vor allem wirtschaft-

liche Interessen die Besucher aus der Fremde an. Die Portugiesen kamen zu Beginn des 16. Jh., um ihre Karavellen mit Zimt und anderen Gewürzen zu beladen, nach denen Europa verrückt war. Ihnen folgten die Holländer und schließlich die Briten, die 150 Jahre blieben, die Insel ihrem Empire einverleibten und reichlich Kolonialarchitektur, Eisenbahnlinien, Teeplantagen, das Schulsystem und die Leidenschaft für Cricket hinterließen. In viele der alten Pflanzervillen zogen Boutiquehotels ein, in denen Nostalgiker jetzt stilvoll wohnen und Old-World-Charme genießen können.

Heute jedoch kommen die meisten Besucher zum Baden, und herrliche Strände gibt es mehr als genug. Die »Perle im Indischen Ozean« hat aber auch Aktivurlaubern viel zu bieten: Kulturliebhaber können die Tempelstädte erkunden, die von einer uralten singhalesischen Kultur zeugen, die auch heute noch quicklebendig ist; Gesundheitsurlauber lassen sich ayurvedisch verwöhnen, und auch Taucher, Kitesurfer oder Wanderer finden ihr Paradies. Einzigartig ist die landschaftliche Vielfalt der Insel, die gerade einmal so groß ist wie Bayern. Man kann ein spektakuläres Bergland mit Regenwäldern, Teeplantagen und Wasserfällen erwandern, man kann Elefanten, Leoparden oder Krokodile in Nationalparks oder Delfine und Wale vor der Küste beobachten oder sich auf Lagunen und Flüssen durch die Mangrovenwälder treiben lassen.

Die meisten Besucher würden Hermann Hesse zustimmen, der bei seinem Besuch 1911 ausgerufen haben soll: »Es ist das Paradies, wahrhaftig, es ist das Paradies.«



MERIAN TopTen

MERIAN zeigt Ihnen die Höhepunkte des Landes: Das sollten Sie sich bei Ihrem Besuch in Sri Lanka nicht entgehen lassen.

Große Vielfalt auf kleinstem Raum, von tropischen Stränden über Regenwälder bis zu zerfurchten Berggipfeln, bietet die Insel Schönheit im Indischen Ozean. Zum reichen kulturellen Erbe zählen die Ruinenstädte genauso wie die quicklebendigen Heiligtümer und Monumente der Kolonialzeit. Nicht weniger beeindruckend ist die Tier- und Pflanzenwelt. Diese Höhepunkte einer

Reise durch Sri Lanka sollte man auf keinen Fall verpassen.

MERIAN TopTen 360°

Damit Sie sich vor Ort schneller orientieren können, finden Sie zu ausgewählten MERIAN TopTen auf den folgenden Seiten Umgebungskarten mit Restaurant-, Einkaufsempfehlungen und Tipps für weitere Sehenswürdigkeiten.

1 Altstadt von Galle
Hinter einem gewaltigen Wall versteckt sich ein koloniales Kleinod (► S. 51).

2 Yala National Park
Elefanten, Sambarhirsche und Leoparden gehören zu den Stars des Nationalparks (► S. 65).

3 Botanischer Garten von Peradeniya
Einer der schönsten Gärten Asiens lädt zu einem Spaziergang durch die Tropenflora ein (► S. 67).

4 Sri Dalada Maligawa, Kandy
Ein Eckzahn Buddhas, Sri Lankas Nationalreliquie, lockt Pilgerscharen nach Kandy (► S. 68).

5 Teeplantagen, Nuwara Eliya
Wie ein grüner Teppich bedeckt Tee das Hochland – er zählt zu den besten weltweit (► S. 73).

6 Sri Pada (Adam's Peak)
Grandioser Ausblick und spirituelle Momente auf dem für vier Religionen heiligen Berg (► S. 77).

7 Anuradhapura
In der Ruinenstadt steht ein Ableger des Baums, unter dem Buddha Erleuchtung erlangte (► S. 81).

8 Felsen von Sigiriya
Bildhübsche »Wolkenmädchen« und eine prächtige Aussicht erwarten die Besucher (► S. 89).

9 Polonnaruwa
Die alte Hauptstadt: Paläste, Tempel und die schönsten Buddha-
statuen des Landes (► S. 90).

10 Nilaveli Beach
Mit kristallklarem Wasser und Puderzuckersand punktet einer der schönsten Strände (► S. 31, 102).





360° Altstadt von Galle

MERIAN TopTen

1 Altstadt von Galle

Hinter dem New Gate taucht man in die Kolonialzeit ein. Kein Neubau stört das holländische Ensemble. Es zählt zum UNESCO-Weltkulturerbe. Seit einigen Jahren locken Boutiquehotels und trendige Cafés eine junge Szene an (► S. 51).

SEHENSWERTES

1 **Dutch Reformed Church**
1754 stiftete die Frau eines niederländischen Gouverneurs die

»Große Kirche«. Die Grabplatten im ersten protestantischen Gotteshaus der Insel erinnern an Europäer, die fern der Heimat – oft blutjung – an Malaria starben (► S. 52). Church St.

ESSEN UND TRINKEN

2 **Amangalla Resort**
Die stilvollste Adresse für den Afternoon Tea: die Veranda des einstigen New Oriental Hotel, einer Kolonialperle des 17. Jh. (► S. 52). 10, Church St.



6

3 Fortaleza

In einem ehemaligen Gewürz-lager serviert man Seafood und köstliche East-meets-West-Küche. Gute Cocktails am Abend (► S. 54).
9, Church Cross St.

EINKAUFEN

4 Olanda Antiques

Ein Paradies für Antiquitäten-sammler: Uhren, Möbel und Wohn-accessoires, aus holländischer Zeit sowie Reproduktionen (► S. 55).
30, Leyn Baan St.

AKTIVITÄTEN

5 Galle Fort Spa

Massagen und Anwendungen für das Wohlbefinden in schönem Ambiente (► S. 55).
63, Pedlar St.

6 Nachmittagsspaziergang

Auf dem Wall zwischen New Gate und Leuchtturm kann man sich spätnachmittags, wenn die Tagesbesucher weg sind, unter Einheimische mischen, die hier Fußball spielen, Flirten und Flanieren (► S. 51).



Der Strand von Negombo (► S. 31) ist durch seine Nähe zur Hauptstadt ein beliebtes Touristenziel. Und die Küsten- und Lagunen-fischer parken hier ihre Auslegerkanus, »Oruwas« genannt.



Zu Gast in **Sri Lanka**

Teeberge, Dschungelpfade und Puderzuckerstrände, eine grandiose Tierwelt, ehrwürdige Tempel und farbenfrohe Feste: Sri Lanka bietet eine faszinierende Vielfalt auf kleinstem Raum.



Familientipps

Die Sri Lanker lieben Kinder und empfangen sie sehr liebevoll. Neben schönen Stränden und tropischer Natur faszinieren Kids jeden Alters ganz besonders Elefant, Delfin & Co.

◀ In Pinnawela (▶ S. 34) finden verwaiste Elefantenbabys ein neues Zuhause – wie man sieht, mit guter Verpflegung.

Ab welchem Alter man dem Nachwuchs Zeitverschiebung und tropische Temperaturen zumuten möchte, entscheidet jeder für sich. Wegwerfwindeln und Babynahrung sind inzwischen in Colombo, Kandy und den wichtigen Badeorten in Supermärkten erhältlich und erleichtern das Reisen erheblich. Kinder ab dem Schulalter werden den farbenfrohen Tropenalltag mit vielen kleinen Erlebnissen am Wegesrand genießen.

ERLEBNISPARKS

Excel World Entertainment

Park ▶ *Klappe hinten, e 4*

Eine Alternative zu den Attraktionen der Natur ist der Freizeitpark in Colombo, der bei einheimischen Familien hoch im Kurs steht. Mit Pool, Bowlingbahn, Rollschuhbahn, Auto-scooter, 4-D-Kino, Gokartbahn und Spielplätzen, Restaurants und Food Courts ist für alle Altersstufen etwas geboten. Die Kids knüpfen schnell Kontakt zu einheimischen Kindern. Colombo • T. B. Jayah Mawatha • www.excelworld.lk • Eintritt frei, überschaubare Kosten für die Attraktionen

OUTDOOR-ERLEBNISSE

Kinder ab ca. 10 Jahren sind auch für Outdoor-Erlebnisse wie Mountainbiken, Raften oder Kanufahren zu begeistern. Hier einige Veranstalter, die auch ein Herz für Kinder haben:

Eco Team Sri Lanka

▶ *Klappe hinten, südwestl. f 6*

Das mehrfach mit Preisen bedachte Team bietet für Outdoorfans ein breites Spektrum an Aktivitäten abseits

der ausgetretenen Pfade: Wanderungen, Mountainbiken, Ballonfahrten, Offroad-Touren mit Allradfahrzeugen, Klettern, Regenwalderkundungen, Nationalparksafaris, Kajak- und Kanutouren, Tauchen, Surfen, Rafting, Hochseeangeln, Wal- und Delfinbeobachtung und mehr.

Colombo • Fairfield Gardens • Tel. 0 11-5 83 08 33 • www.srilankaeco-tourism.com

Jetwing Eco Holidays

▶ *Klappe hinten, c 4*

Mehrtägige Safaris in den Nationalparks, geführte Touren für Schmetterlingsliebhaber, Freunde von Elefanten, Leoparden und Affen, Kurse für Naturfotografen und Luxussafaris zu den schönsten Plätzen der sri-lankischen Natur.

Jetwing Hotel • Colombo • 46/26 Navam Mawatha • Tel. 0 11-2 38 12 01 oder 2 34 57 00 • www.jetwingeco.com

Mangrove Cave River Safari A 10

Mit dem Boot gleitet man durch die Tunnel und Höhlen der Mangroven am Madu Ganga – eine verzauberte Landschaft aus Flussarmen und Sandbänken mit einer spannenden Tierwelt: Neben bunten Eisvögeln, die durch die Lüfte gleiten, sieht man Warane, die sich im flachen Wasser suhlen und Affen, die durch die Baumwipfel turnen.

The Mangrove Cave Hotel • Balapitiya • 183 a, Galle Rd. • www.mangrovecave-hotel.com

STRÄNDE

Kinder werden die schönen feinsandigen Strände und das lauwarme Wasser lieben. Besonders familienfreundlich, weil flach abfallend sind die Strände im Süden des Landes wie



Galle und die Südküste

Hinter der Kolonialschönheit Galle reiht sich eine Traum-
bucht an die andere. Und in den Nationalparks des
Südostens tummelt sich eine faszinierende Tierwelt.

◀ Der einstmals älteste Leuchtturm Asiens (1848) in Galle wurde 1940 durch diesen Neubau (▶ S. 52) ersetzt.

Jede Menge Palmenstrände und quirliche Orte, die noch nicht mit Souvenirshops gepflastert sind: Sri Lankas Südküste zwischen Galle und Tangalle ist (noch) eine Postkartenidylle. Hinter Hambantota lösen Palmyrapalmen die Kokospalmen ab, Sanddünen die grüne Tropenidylle. In der Trockenzone liegen mit Yala und Bundala zwei der schönsten Nationalparks des Landes. Mit der paradiesischen Ruhe könnte es jedoch bald vorbei sein, denn wirtschaftlich bekam die Region in den letzten Jahren einen Schub, und der neue internationale Flughafen bei Hambantota rückt den von Colombo lange vernachlässigten Süden in den Fokus.

Galle

🏠 B 11

Stadtplan ▶ S. 53

91 000 Einwohner

Händlergewusel, lautes Gehupe und permanente Staus – Galle, Sri Lankas »Nummer vier«, ist eine typisch asiatische Großstadt. Wenn man jedoch hinter dem Cricketplatz das New Gate durchschreitet, taucht man augenblicklich in die Welt der Kolonialzeit ein. In der **Altstadt** ★, Galle oder Dutch Fort genannt, ist der Lebensrhythmus bis heute sehr entspannt. Angezogen vom Naturhafen, kamen 1505 die Portugiesen als erste Europäer nach Galle. Ihnen folgten 1640 Niederländer, die das Gesicht der Stadt prägten und mit dem Zimt-anbau im Hinterland begannen.

Der Hafen von Galle wurde Schaltstelle des Handels mit Europa. Die Briten, die 1796 das Erbe der Niederländer antraten, verlagerten ihre Akti-



vitäten nach Colombo und gaben dem dortigen Hafen den Vorzug. Nach 1815 sank der Stern von Galle, zum Glück für die Nachwelt, zumindest in ästhetischer Hinsicht: Weil das Geld für Investitionen fehlte, blieb ein koloniales Schmuckstück erhalten. Kein Neubau stört das geschlossene Ensemble aus holländischer Zeit, das zum UNESCO-Weltkulturerbe zählt. Ein Museum ist das Fort dennoch nicht, auch wenn die Häuser in den letzten Jahren immer mehr zu Spekulationsobjekten wurden. Einheimische und ausländische Investoren eröffneten stylische Boutiquehotels, Cafés und Shops im Kolonialambiente.

SPAZIERGANG

Die breiten Wälle rund um die Altstadt hielten 2004 dem Tsunami stand, während die Fluten die Neustadt verwüsteten. Sie sind aber auch ein herrlicher Platz zum Picknicken, Flirten und Fußballspielen – und natürlich zum Flanieren und für eine erste Begegnung mit der Stadt.

Vom **New Gate** laufen Sie am **Clock Tower** vorbei zur **Moon Bastion** und gegen den Uhrzeigersinn mit Blick aufs Meer und die Ziegeldächer der Altstadt bis zum **Flag Rock**, der gen

Cinnamon Lodge/Chaaya Lodge

Naturparadies • Affen turnen durch die Bäume, aber auch Mungos, Flughunde und unzählige Vögel bevölkern den riesigen Park mit See, in den die Hotelanlage eingebettet ist. Im Open-Air-Restaurant verwöhnen ausladende Büfets mit Köstlichkeiten aus Ost und West. Nouvelle Cuisine à la Sri Lanka wird à la carte im The Lotus serviert, Sri Lankas erstem Restaurant mit Bio-Küche.

Die Zimmer verteilen sich auf doppelstöckige Häuser mit Balkons oder Terrassen, sind geschmackvoll eingerichtet und bestens in Schuss. Zur Entspannung laden ein riesiger Pool und ein Spa ein. Ein umfangreiches Aktivprogramm mit Wanderungen, Birdwatching und Elefanten-Safaris sorgt schließlich dafür, dass garantiert keine Langeweile aufkommt. Die Chaaya Lodge in der Nachbarschaft ist die Budget-Variante.

Tel. 0 11-2 30 66 00 • www.cinnamonhotels.com • 133 Zimmer • €€–€€€

ESSEN UND TRINKEN**ACME Transit Hotel**

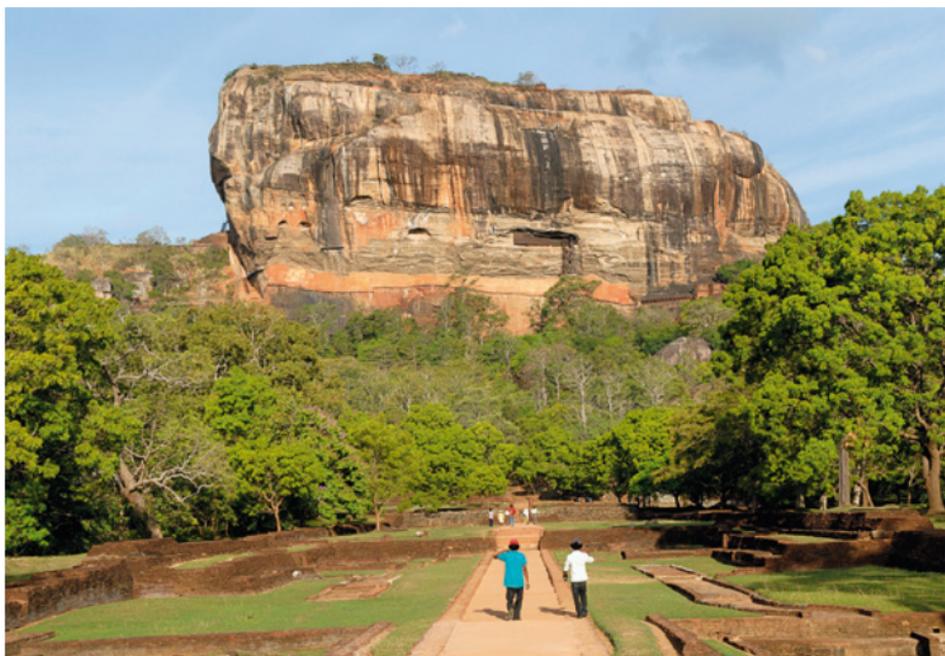
Bestes Curry • Das Hotel ist zum Übernachten nicht unbedingt eine Empfehlung, und die Atmosphäre im großen Speisesaal, der von Reisegruppen nur so wimmelt, ist wenig anheimelnd. Dafür ist das Curry-Büfett über die Stadtgrenzen hinaus bekannt. Vor allem die vegetarischen Varianten verlocken zum Probieren: Bananenblüten-, Rote-Bete- oder Bittergurkencurry findet man schließlich auf kaum einem Hotelbüfett.

90, Polonnaruwa Rd. • Tel. 0 66-2 27 02 80 • €€

SERVICE**HABARANA AYURVEDIC SPA**

Eine ayurvedische Massage gehört zu den Dingen, die zu einem Sri-

Der Felsen von Sigiriya (► MERIAN TopTen, S. 89) ist ein gigantischer Block aus erkaltetem Magma, der sich 200 m über den umliegenden Dschungel erhebt.



Lanka-Besuch einfach dazugehören. Das Habarana Ayurvedic Spa bietet erstklassige Massagen, die preislich deutlich unter jenen in den Hotel-Spas liegen.

Anuradhapura Rd. 97 • Tel. 0 77-7 59 90 39 • €

☉ Sigiriya



Fast 200 m hoch ragt der **Felsen von Sigiriya**  aus der Ebene auf – schon aus der Ferne ein faszinierender Anblick. Der Name leitet sich von »Siha Giri« ab, was Löwenfelsen bedeutet. Auf schmalen Treppen kann man ihn bezwingen und bis hoch oben zum Plateau steigen, auf dem im Jahr 473 Kassapa, der uneheliche Sohn König Dhatusenas, seine Festung errichtete. Um die Macht über das Reich an sich zu reißen, ließ er seinen Vater lebendig einmauern und vertrieb seinen Halbbruder, den rechtmäßigen Thronerben. Sage und schreibe 18 Jahre lang verschanzte er sich in der Feste auf dem Felsen, bis ihn der Bruder herausforderte. Ob Kassapa sich vom Fels in die Tiefe stürzte oder anders zu Tode kam, wird Gegenstand von Spekulationen bleiben.

Wer den Felsen entspannt und ohne Gedränge besichtigen möchte, sollte möglichst früh vor den Reisegruppen kommen. Für die Besichtigung sollte man 2–3 Stunden einplanen.

Um den Felsen herum entstand zur Regierungszeit Kassapas eine Stadt mit Zitadelle und königlichen Gärten. Letztere wurden teilweise restauriert, und man passiert sie auf dem Weg zum Haupteingang.

Auf den Stufen zwischen Felsblöcken und eisernen Stegen steigt man stetig bergauf. Nach dem schweißtreibenden Aufstieg erreicht man ein Plateau, wo man pausieren kann, bevor

man das letzte Teilstück in Angriff nimmt. Der Weg zum Gipfel beginnt am Löwentor, von dem heute nur noch die gewaltigen steinernen Pranken erhalten sind. Auch die Felsenfestung ist längst verfallen, doch der weite Blick auf die Dschungellandschaft entschädigt für alle Mühen des Aufstiegs.

Den zweiten Höhepunkt Sigiriyas sollte man sich für den Abstieg aufbewahren: die »Wolkenmädchen« – verführerische Schönheiten, die unbekannte Künstler in eine Felsnische malten und die die Besucher bis heute bezirzen. Die Fresken der barbusigen jungen Frauen mit Modelfigur – 22 von einst wohl 500 blieben erhalten – geben bis heute Rätsel auf. Wurden hier himmlische Nymphen, Prinzessinnen oder gar Dienerinnen porträtiert? Sicher ist jedoch, dass schon in alter Zeit Besucher ihre Schönheit rühmten, was die Felsgraffiti auf der spiegelglatt polierten Wand beweisen. Tgl. 7.30–18 Uhr • Eintritt 30 US-\$, Kinder 15 US-\$

20 km nordöstl. von Dambulla

ÜBERNACHTEN

Vil Uyana

Für besondere Momente zu zweit • Über den umliegenden Reisfeldern und einem künstlichen See scheinen die luxuriösen Cabanas mit mehreren Ebenen und Plunge-Pool förmlich zu schweben. Ein Platz, um die Stille und die Natur zu genießen. Im Spa streicheln geschickte Hände den Stress aus dem Körper, und nachts quaken Frösche die Gäste in den Schlaf. Ein traumhafter Ort.

Rangirigama • Tel. 0 66-4 92 35 85-6 • www.jetwinghotels.com • 25 Zimmer • €€€€€

6 km östl. von Sigiriya

Königliche Spuren – Polonnaruwa mit dem Fahrrad erkunden

Charakteristik: Mit dem Fahrrad entspannt eine der schönsten Ausgrabungsstätten Sri Lankas erkunden **Dauer:** Halbtagestour **Einkehrtipp:** The Lake House, Polonnaruwa, Am See, Tel. 011-5 58 58 58, www.thelakehouse.lk €€€ (► S. 93)

 D 6

Die Ruinen von **Polonnaruwa**  (tgl. 7.30–18.30 Uhr), der zweiten alten Königsstadt Sri Lankas neben Anuradhapura, erkundet man am besten mit einem Fahrrad, das man in vielen Hotels und Guesthouses ausleihen kann. Idealerweise startet man gleich am frühen Morgen vor dem Ansturm der Reisegruppen, wenn auch die Temperaturen noch angenehm sind. Alternativ beginnt man am Nachmittag und lässt die Tour gegen 17 Uhr bei einer Tea Time am See ausklingen.

Am See entlang

Vom Hotelbezirk Polonnaruwas radelt man am Stausee Parakrama Samudra entlang, der während der Regierungszeit von König Parakrama Bahu I. im 12. Jh. ausgehoben wurde und bis heute die Bewässerung der Felder ringsum sicherstellt. Hier kann man morgens den Fischern bei ihrer Arbeit zuschauen. Wenige Schritte vom Ufer entfernt locken die ersten Ausläufer der Ruinenstadt: eine Monumentalstatue, wahrscheinlich ein Porträt des Königs, sowie die steiner-

Die 54 m hohe Rankot Vihara ist die größte Dagoba, die man auf einer Radtour durch das historische Polonnaruwa (► MERIAN TopTen, S. 90, 106) zu sehen bekommt.



nen Überreste des Klosters **Potgul Vihara**. Einen Besuch wert ist das **Archäologische Museum** am See (tgl. 8–17 Uhr). Modelle zeigen die Paläste und Tempel der Ruinenstadt im ursprünglichen Zustand, und die Statuen und Reliefs zeugen von deren prächtiger Ausstattung. An einem der Bewässerungskanäle entlang geht es anschließend zum Haupteingang des Ausgrabungsgeländes, der jenseits der Straße liegt.

Vom Regierungssitz zum heiligen Bezirk

Erste Station der Rundfahrt ist rechts von der Einfahrt zum Ruinengelände das einstige administrative Zentrum Polonnaruwas mit den Überresten des **Königspalasts** und den angrenzenden Badeanlagen. Beeindruckend gut erhalten ist die **Ratshalle** – das einstige Machtzentrum des Reiches –, die Löwen- und Elefantenfriese umgeben. Den Kontrapunkt zum Regierungsviertel setzt der heilige Bezirk, wo jahrhundertlang die heiligste Reliquie des Landes – Buddhas Eckzahn – gehütet wurde.

FotoTipp

BUDDHAS VON POLONNARUWA

Wer die Buddhas ohne Reisegruppen aufs Foto bannen möchte, sollte vor 9 oder nach 17 Uhr kommen. Am Spätnachmittag zeigen sich die Buddhas außerdem im schönsten Licht. ▶ S. 106

Wer hungrig oder durstig ist, findet hier fliegende Händler, die Getränke und Snacks verkaufen. Vorbei am Lankatilaka-Tempel und den schönsten Dagobas Polonnaruwas radelt man weiter zum Lieblingsplatz vieler Besucher – dem Felsschrein **Gal Vihara** mit vier Statuen Buddhas, die unbekannte Künstler im 12. Jh. aus dem Granitfels meißelten. Sie zählen nicht nur in Sri Lanka zu den Meisterwerken buddhistischer Kunst. Ein Platz zum Genießen und Meditieren. Der perfekte Abschluss der Radtour: ein Mittagessen im Lake House, wo man sich Rice & Curry schmecken lässt und beim Tee auf der Terrasse den Seeblick genießt.

Horton Plains – Eine Wanderung zum »Ende der Welt«

Charakteristik: Jeeпаusflug auf das Hochplateau der Horton Plains mit einer anschließenden Wanderung zum Naturschauspiel »World's End« und zu äußerst eindrucksvollen Wasserfällen **Schwierigkeitsgrad:** einfach **Dauer:** Halbtagestour **Einkehrtipp:** Picknick am »World's End«, genug Proviant und Wasser einpacken

 C/D9

Rau und oft erstaunlich kühl präsentiert sich das nach Gouverneur Robert W. Horton benannte Hochplateau, das zu den beliebtesten Jagdrevieren der Engländer zählte. In ei-

ner Höhe von 2100 m wehen oft starke Winde, die eine eigentümliche Landschaft schufen. Heute leben im letzten Bergnebelwald der Insel ca. 87 Vogel- und 24 Säugetierarten – als **Horton**