



Yala National Park . . . . .	122
Tissamaharama . . . . .	126
Kataragama . . . . .	127
<i>INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten</i> . . . . .	129

**7 KANDY**

Von Colombo nach Kandy . . . . .	133
Königreich von Kandy. . . . .	135
Kandy . . . . .	136
Mahaweli Ganga . . . . .	143
Matale . . . . .	145
Kurunegala . . . . .	146
<i>INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten</i> . . . . .	146-147

**8 HOCHLAND**

Wandel im Hochland . . . . .	151
Adam's Peak . . . . .	153
Horton Plains . . . . .	155
Nuwara Eliya. . . . .	158
Kotmale . . . . .	161
Badulla . . . . .	161
<i>INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten</i> . . . . .	164-165

**9 RATNAPURA**

Ratnapura . . . . .	169
Sinharaja Forest. . . . .	170
Uda Walawe National Park . . . . .	173
Samanalawewa. . . . .	174
<i>INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten</i> . . . . .	175

**10 RAJARATA**

Rajarata. . . . .	179
Mihintale. . . . .	179
Anuradhapura . . . . .	184
Aukana . . . . .	196
Yapahuwa . . . . .	198
Sigiriya . . . . .	199
Dambulla. . . . .	201
Polonnaruwa . . . . .	203
<i>INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten</i> . . . . .	210-211

**11 OSTEN**

Buttala . . . . .	215
Lahugala National Park . . . . .	217
Pottuvil . . . . .	218
Arugam Bay . . . . .	219
Gal Oya National Park. . . . .	221

Batticaloa . . . . .	222
Trincomalee . . . . .	223
<i>INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten</i> . . . . .	226-227

**12 TAMILISCHER NORDEN**

Vavuniya . . . . .	231
Padawiya . . . . .	231
Kokkilai / Chundikkulam . . . . .	232
Mantai . . . . .	232
Mannar . . . . .	233
Halbinsel Jaffna. . . . .	234
Jaffna . . . . .	237
<i>INFO: Restaurants, Sehenswürdigkeiten</i> . . . . .	239

**13 REISE-INFORMATIONEN**

<b>Reisevorbereitungen</b> . . . . .	240
Ein- und Ausreise / Visum. . . . .	240
Geld . . . . .	240
Gesundheitsvorsorge . . . . .	240
Klima und Reisezeit / Kleidung . . . . .	241
Sri Lanka in Zahlen . . . . .	242
<b>Reisewege nach Sri Lanka</b> . . . . .	242
Flug / Seeweg . . . . .	242
<b>Reisen im Land</b> . . . . .	243
Flug / Bahn / Bus . . . . .	243
Dreiradtaxi / Taxi . . . . .	244
Mietwagen, Motorräder. . . . .	244
Straßenverkehr . . . . .	244
Sperrgebiete / Sicherheit . . . . .	245
Tsunami-Folgen. . . . .	245
<b>Praktische Tipps.</b> . . . . .	245
Aktivurlaub. . . . .	245
Alkohol . . . . .	246
Allein reisende Frauen / Ayurveda . . . . .	246
Betteln / Diebstahl / Einkaufen . . . . .	246
Eintrittsgelder / Elektrizität / Essen . . . . .	247
Feiertage, Feste, Pilgerziele. . . . .	247
Fotografieren . . . . .	248
Geschäftszeiten / Notfall . . . . .	248
Post / Briefmarken . . . . .	248
Preisniveau / Schlepper . . . . .	248
Telefon, Internet. . . . .	249
Trinken / Trinkgeld / Verhaltensregeln. . . . .	249
<b>Adressen</b> . . . . .	250
Botschaften . . . . .	250
Fremdenverkehrsamt . . . . .	250
<b>Sprachführer.</b> . . . . .	250
<b>Autoren</b> . . . . .	251
<b>Register</b> . . . . .	252