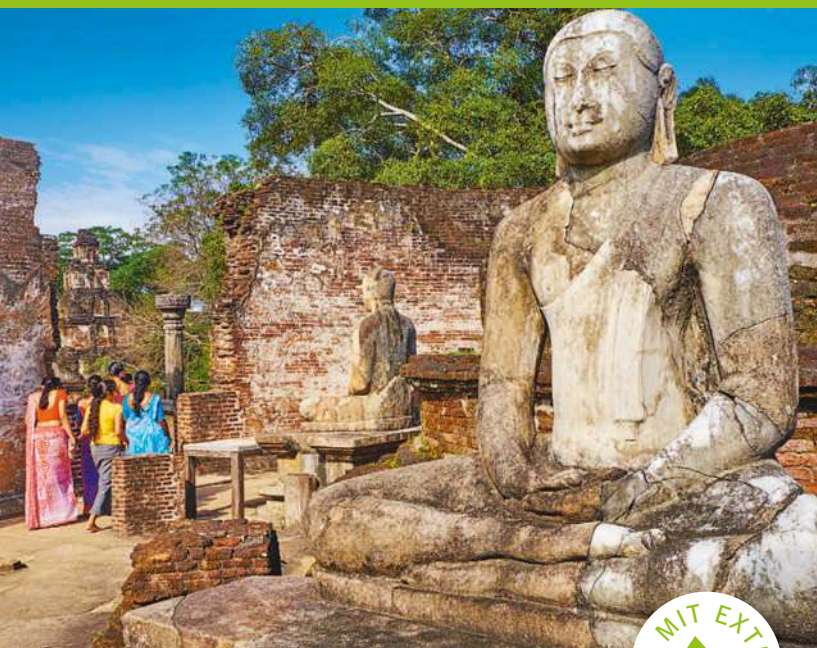


**MERIAN** *live!*

# SRI LANKA



Schnell orientiert mit **MERIAN TopTen 360°**

**Alle Informationen** fundiert und kompakt

Ideen für abwechslungsreiches **Reisen mit Kindern**

## SRI LANKA

**Elke Homburg** kennt und liebt Sri Lanka seit über 20 Jahren. Sie führt Studienreisegruppen über die Tropeninsel und arbeitet als Autorin und Redakteurin.

 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).



<b>Unterwegs in Sri Lanka</b>	<b>36</b>
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
<b>EXTRA-KARTE ZUM HERAUSNEHMEN</b> .....	<b>Klappe hinten</b>



## 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 Inselförmigkeit 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**  
Die Stadt war bis ins 11. Jh. religiöses Zentrum Sri Lankas. Heute ist sie Weltkulturerbe (► 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

#### ★ 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.



### 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 Nachmittagsspaziergang

Auf dem Wall zwischen New Gate und Leuchtturm kann man sich spätnachmittags, wenn die Tages-besucher weg sind, unter Einheimi-sche mischen, die hier Fußball spie-len, flirten und flanieren (► S. 51).

### 6 Spa Sandeshaya

Massagen und Anwendungen für das Wohlbefinden in schönem Ambiente (► S. 55).  
44, Light House Street



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.

**TAUCHEN/SCHNORCHELN**

Zwischen November und April kann man in Hikkaduwa oder Unawatuna und im Sommerhalbjahr in Nilaweli mit großen Fischen schwimmen, Korallenriffe und eine Reihe von Schiffswracks erkunden. Eine Attraktion ist das Wrack des 1942 vor Batticaloa gesunkenen Flugzeugträgers HMS Hermes, das zu den wenigen Riesenswracks gehört, die für Sporttaucher erreichbar sind (35–50 m Tiefe). Zahlreiche PADI-Tauchschnorchel Schulen bieten auch Kurse und Tauchgänge mit deutschsprachigen Lehrern an.

**Poseidon Diving Station**

– Hikkaduwa • Tel. 0 91-2 27 72 94  **B 10/11**  
 – Trincomalee/Nilaveli • Tel. 07-77 06 94 42  **E 4**  
[www.divingsrilanka.com](http://www.divingsrilanka.com)

**Weligama Bay Dive Center**  **B 11**

Weligama • Tel. 0 41-2 25 07 99 •  
[www.scubadivingweligama.com](http://www.scubadivingweligama.com)

**WANDERN/KLETTERN/  
MOUNTAINBIKING**

Die Besteigung des Adam's Peak, Sri Lankas heiligem Berg, Dschungelwanderungen zwischen Schluchten und Wasserfällen in den Knuckles Ranges bei Kandy, Regenwaldwanderungen im Singharaja Rainforest oder eine Rundwanderung auf dem Hochplateau der Horton Plains bei Nuwara Eliya, dem letzten Bergnebelwald der Insel – Wandergebiete gibt es in Hülle und Fülle, und in vielen Hotels bieten Wanderführer ihre Dienste an. Alternativ auch folgende Agenturen:

**Lanka Sportsreizen**  **A 8**

Colombo • Tel. 0 11-2 82 45 00 •  
[www.lsrtravel.com](http://www.lsrtravel.com)

**Jetwing Eco** **A 8**

Colombo • Tel. 0 11-2 38 12 01 •  
[www.jetwingeco.com](http://www.jetwingeco.com)

**Sri Lanka Ecotourism** **A 8**

Colombo • Tel. 0 11-5 83 08 33 •  
[www.srilankaecotourism.com](http://www.srilankaecotourism.com)

**Klettern** ist in Sri Lanka eine relativ junge Sportart. Möglichkeiten bieten die zerfurchten Felswände der Knuckles Ranges.

Für **Mountainbike**-Fans gibt es viel zu entdecken, allerdings fehlt noch die Infrastruktur, und Leihräder erfüllen nicht die höchsten Qualitätsansprüche. Organisierte Touren bietet z. B. Action Lanka. Genussradler können die heiligen Bezirke von Anuradhapura und Polonnaruwa mit einfachen Fahrrädern erkunden, die man in vielen Hotels und Guesthouses ausleihen kann.

**Action Lanka** **A 9**

Koswatta • Tel. 0 11-2 79 15 84 •  
[www.actionlanka.com](http://www.actionlanka.com)

**STRÄNDE**

Seit der Wiedereröffnung der Ostküste für den Tourismus ist an Sri Lankas 1000 km langen Stränden rund ums Jahr Badesaison: Von November bis April räkelt man sich an den Stränden der Süd- und Westküste, zwischen April und November sind die Bedingungen an der Ostküste ideal. Ob Wassersportler, Sonnenanbeter, Partylöwe oder Ruhesuchender – jeder findet das perfekte Plätzchen.


Allerdings ist das Bad im Meer nicht immer und überall ungefährlich. Über Unterströmungen sollte man sich informieren – und das Badeverbot bei roter Flagge beachten.

**WESTKÜSTE**

Negombo, Beruwela, Bentota oder Hikkaduwa sind als Badeorte seit Jahrzehnten im Geschäft. Entsprechend gut ist die Infrastruktur.

**Dutch Bay/Kalpitiya**  **A 5**

An den langen, (noch) leeren Stränden herrscht Goldgräberstimmung. Im Winter sind sie Ausgangspunkt für Delfinbeobachtungstouren, im Sommer Mekka der Kitesurfer.

**Negombo**  **A 8**

Der lange, breite Strand gehörte zu den ersten Tourismuszielen Sri Lankas. Am Wochenende ist er sehr belebt und ein idealer Platz, um sri-lankisches Familienleben zu studieren.

**Bentota**  **A 10**

Wer im Urlaub nicht nur Ruhe sucht, ist am Bentota Beach gut aufgehoben. Vom Windsurfen bis zum Kanufahren auf dem Bentota River reicht das Wassersportprogramm. Hauptsächlich Pauschalurlauber.

**Hikkaduwa**  **B 10/11**

Die ehemalige Hippiehochburg mit ihrem langen, breiten Strand lockt Surfer, Taucher, Schnorchler und Schwimmer an. Hier mischen sich Individual- und Pauschalurlauber.

**SÜDKÜSTE**

Die ruhigere Südküste zog bislang vor allem Individualreisende an. Doch mit Eröffnung des neuen Flughafens bei Hambantota rückt sie verkehrstechnisch aus dem Abseits und rüstet sich für den Besucheransturm.

**Unawatuna/Weligama**  **B 11**

Die Entdeckung in den 1990er-Jahren: Wegen des vorgelagerten Korallenriffs

schön zum Schnorcheln und Tauchen. Abends locken die Beachpartys.

**Mirissa**  **C 11**

Vor einigen Jahren wurde die sichelförmige Bucht zum Treffpunkt der jungen Szene. Kein Wunder, ist sie doch ein traumhaftes Plätzchen – zum Surfen und als Startpunkt fürs Whale-watching (► MERIAN Tipp, S. 16).

**Tangalle**  **D 11**

Mehrere Kokospalmenbuchten, nicht alle zum Baden geeignet, punkten mit landschaftlicher Schönheit.

**OSTKÜSTE**

Seit dem Ende des Bürgerkriegs wird an der Ostküste eifrig gebaut. Die ersten Hotels haben nach einem Facelift längst wieder eröffnet, neue kommen ständig hinzu.

**10 Nilaveli Beach**  **E 4**

Nilaveli Beach und der nahe Uppuveli Beach bei Trincomalee locken mit weißem Sand und Südseefeeling. Weil er flach abfällt, ist Nilaveli ideal für Familien. Der Naturpark Pigeon Island liegt wenige Bootsminuten entfernt und gehört zu den schönsten Tauch- und Schnorchelplätzen Sri Lankas (► MERIAN TopTen, S. 102).

**Passekudah Bay**  **F 6**

Weißer Puderzuckersand macht den Strand zu einem der schönsten des Landes. Bis jetzt ist es noch ruhig. Die ersten der zwölf geplanten Beach-Resorts haben eröffnet, drumherum noch keine touristische Infrastruktur.

**Arugam Bay**  **F 9**

Vor allem Surfer treffen sich hier zwischen April und November zum Tanz auf den Wellen.



## 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](http://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](http://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](http://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](http://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





Der großartige Ausblick auf den Urwald und die Berge lässt die Besucher den schweißtreibenden Aufstieg auf den Felsen von Sigiriya (► MERIAN TopTen, S. 89) schnell wieder vergessen.




## Unterwegs in **Sri Lanka**

Die Strände suchen ihresgleichen, dazu locken Tempel, Tee und Tropenklima. Das Land bietet vielfältige Möglichkeiten für einen großartigen Urlaub.

## 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. 0 11-5 58 58 58, [www.thelakehouse.lk](http://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.

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.

### Am See entlang

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 Kö-

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.



nigs, sowie die steinernen 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 jenseits der Straße.

### 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**