

Sri Lanka

La perla del Índico

En medio de una exuberancia tropical, Sri Lanka alberga monumentos budistas, pueblos pintorescos, altas montañas y reservas naturales. La "Lágrima de la India", es una isla pequeña que ha tenido muchos nombres: Ceilán, Serendib, Isla Resplandeciente, Perla de Oriente... Tal colección no es más que un reflejo de su riqueza y belleza.

Sus interminables plantaciones de té conforman un paisaje de ensueño, sus parques dan cobijo a una exótica fauna, su gente es amable, la comida deliciosa y los precios aún asequibles.

DÍAS	ITINERARIO	ALIMENTACIÓN	ALOJAMIENTOS
1	Vuelos Ciudad de origen/Colombo	.././..	Vuelo
2	Colombo. Traslado a Negombo	.././C	Hotel ***
3	Colombo/Pinnawala/ Dambulla	.././C	Hotel ****
4	Dambulla. Visitas a Sigiriya y Polonnaruwa	D/./C	Hotel ****
5	Dambula/Buda Aukana/Mihintale/Anuradahpura/Dambula	D/./C	Hotel ****
6	Dambula /Matale/Kandy	D/./C	Hotel ****
7	Kandy/Peradeniya/Nuwara Eliya	D/./C	Hotel ****
8	Nuwara Eliya/Kataragama	D/./C	Hotel ****
9	Kataragama /P.N.Yala/Galle/Induruwa	D/./C	Hotel ****
10 y 11	Induruwa. PLAYA	D/./C	Hotel ****
12	Induruwa /Colombo	D/./C	Vuelo
13	Vuelos Colombo/Ciudad de origen	.././..	-----

ALIMENTACIÓN

Desayuno: D

Almuerzo: A

Cena: C

Picnic: P

ITINERARIO PREVISTO:

DÍA 1.- VUELOS CIUDAD DE ORIGEN/COLOMBO

Salimos en vuelo hacia Colombo con conexión intermedia.

DÍA 2.- COLOMBO. TRASLADO A NEGOMBO

A la llegada a Colombo, nos esperan en el aeropuerto para salir hacia Negombo. Llegada, traslado al hotel y tiempo libre.

DÍA 3.- COLOMBO/PINNAWALA/ DAMBULLA

Salida a Pinnawala / 2 horas 30 min aprox.), un orfanato de elefantes que se fundó en 1975 para cuidar de los elefantes abandonados y heridos. Tras la visita continuamos hasta Dambulla (2 horas 10 min aprox.), donde nos alojamos.

ORFANATO DE ELEFANTES DE PINNAWALA

Inaugurado en 1975 con cinco elefantes bebé, ahora alberga alrededor de 70, muchos de ellos de entre uno y tres años. Sobreviven al avance del hombre y los cultivos de arroz de los alrededores, este campamento, en donde se les proporciona baño en el cercano río Maya Oya y comida (72 kilos de hojas de coco y otras plantas por animal y día).

DAMBULLA

Declarado Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO en 1991, es un complejo de cinco cuevas bajo una enorme roca con más de 200 metros cuadrados de paredes y techos pintados, siendo la mayor área de pinturas encontrado en el mundo, además contienen unas 150 figuras de Buda. Están a unos 150 m sobre el nivel de la carretera y para acceder a ellas hay que subir unas cuantas escaleras. Son conocidas por diferentes nombres: DEVARAJA VIHARAJA (con un gran Buda reclinado de 15 m de largo), MAHARAJA VIHARA (la más grande y espectacular de todas), MAHA ALUT VIHARAJA, PACHIMA VIHARAJA Y DEVANA ALUT VIHARAJA. Desde la entrada a las cuevas hay unas vistas espectaculares de los alrededores e incluso a veces puede verse la gran roca de Sigiriya.

DÍA 4.- DAMBULLA. VISITAS A SIGIRIYA Y POLONNARUWA

Por la mañana salimos en dirección a Sigiriya (30 min aprox.), para visitar su Fortaleza, declarada por la Unesco patrimonio de la Humanidad. Tras la visita continuamos hacia Polonnaruwa (1 hora 30 min aprox.), capital medieval de Sri Lanka durante los siglos XI a XIII. Finalmente regresamos a nuestro alojamiento en Dambulla.

ROCA DE SIGIRIYA

Visible desde varios kilómetros a la redonda, es un promontorio rocoso de 370 metros de altura que emerge en medio de una planicie boscosa. A finales del siglo 5 d.C el príncipe Kassapa mandó construir aquí su nuevo palacio tras matar a su padre, buscando un lugar inexpugnable por lo que a la vez ordenó edificar una enorme zona amurallada alrededor del risco, con bonitos jardines y unos estanques habitados por, según se dice, miles de cocodrilos.

A mitad de la imponente subida a través de diferentes tramos de escaleras, aparece una galería incrustada en la pared vertical de la roca, donde se encuentran unos magníficos frescos, conocidos también como las doncellas de Sigiriya. Se trata de 22 pinturas muy bien conservadas que representan a mujeres dibujadas con unas facciones y unas formas fascinantes (son las únicas pinturas antiguas de Sri Lanka que no tienen un sentido religioso).

En la parte más alta quedan las ruinas del palacio, cisternas cortadas en la roca, la Puerta del León... y unas estupendas vistas de la región. Hay otro palacio inferior, con fosos, jardines y murallas ricamente ornamentadas. La roca en sí tiene origen en el magma endurecido de un extinto y largamente erosionado volcán, y se eleva por encima del llano circundante, siendo visible desde kilómetros en todas las direcciones.

POLONNARUWA

Declarada Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO en 1982, es algo más pequeña que Anuradhapura y se encuentra mejor conservada. Fue la capital del reino del siglo XI al XIII, su conjunto arquitectónico se levanta alrededor de un lago artificial y está compuesto por palacios, puentes, salas de reuniones, baños reales, monasterios, dagobas colosales y diversos templos entre los que destacan los de Lankatilaka y Tivanka, con hermosas decoraciones de estuco y ladrillo; el Vatadage o casa circular de la reliquia, construido en el siglo VII y que formó parte de un monasterio

DÍA 5.- DAMBULA/BUDA AUKANA/MIHINTALE/ANURADHPURA/DAMBULLA

Comenzamos las visitas en Dambulla, famosa por sus templos excavados en la roca, datando algunas cuevas del siglo 1 antes de Cristo. Están cubiertas con murales budistas y cuentan con más de 150 estatuas de Buda, así como otras estatuas de dioses y reyes. Tras finalizar continuamos hasta la estatua del Buda Aukana que con una altura de 13 metros, es sin duda una de las mejores estatuas y en mejor estado de la isla. Seguimos hacia Mihintale, cuna del budismo en Sri Lanka y un santuario de flora y fauna. Por la tarde nos trasladamos a Anuradhapura donde visitamos sus ruinas y continuación a Dambulla.

BUDA AUKANA

Se encuentra en medio de un gran nicho esculpido en tiempos del monarca Dhatusena, en el siglo V, mide exactamente 13 metros y representa al "Maestro" de pie, con los pies ligeramente separados. Lo que más destaca es la expresión de apacible serenidad de su rostro.

MIHINTALE

La tradición dice que el pico rocoso de Mihintale es el lugar donde tuvo lugar el encuentro entre el monje budista Mahinda y el rey Devanampiyatissa, que introdujo el budismo en Sri Lanka. Es un lugar popular de peregrinación situado en la cima de una pequeña loma a la que hay que ascender a través de numerosos escalones, donde se encuentran una gran estatua blanca de Buda, la cueva de Mahinda, la Roca de la Meditación o la Mahaseya Dagoba, el punto más alto del complejo, desde donde hay una vista magnífica de la llanura circundante.

ANURADHAPURA

Se convirtió en capital en el año 380 a.C, siendo la primera del país y destacando entre las ciudades antiguas como la más extensa e importante. Durante más de mil años, los reyes cingaleses la gobernaron y sus restos arqueológicos descubiertos a principios del siglo XIX y continuamente en restauración, se extienden por el oeste y norte de la actual y moderna ciudad de Anuradhapura.

El emplazamiento que consideran más sagrado es el Sri Maha Bodhi (árbol sagrado Bo) un esqueje del árbol bajo el cual Buda alcanzó la iluminación en el año 544 AC y que constituye uno de los principales lugares de peregrinación budista, plantado hace 2250 años, está considerado el árbol más viejo del mundo.

DÍA 6.- DAMBULA/MATALE/KANDY

Salimos en dirección a Kandy, parando en el camino en una fábrica de Batik y en el Spice Garden de Matale, donde tenemos la oportunidad de conocer infinidad de especias, utilizadas en la cocina de Sri Lanka

Tras el alojamiento, recorreremos la ciudad y visitamos su centro más interesante, el Dalada Maligawa (templo del Diente).

Por la noche posibilidad opcional de asistir a un espectáculo cultural

KANDY

Es sin duda la ciudad más encantadora de Sri Lanka y está situada entre colinas, con una exuberante vegetación y alrededor de un apacible lago. Última sede de los reyes cingaleses antes de que éstos cedieran el poder a los británicos, esta ciudad es la 'capital' de la zona montañosa. Posee una arquitectura particular por sus tejados de tejas ligeramente inclinadas y su centro más interesante es el DALADA MALIGAWA (templo del Diente), que acoge la reliquia religiosa más importante de Sri Lanka, un diente sagrado de Buda. Diariamente se celebran ceremonias en honor de la reliquia que atraen a peregrinos con ropajes blancos y flores de loto.

DÍA 7.- KANDY/PERADENIYA/NUWARA ELIYA

Visitamos el Real Jardín Botánico de PERADENIYA y salimos hacia Nuwara Eliya (2 horas 15 min aprox.), parando en el camino para visitar una plantación y una fábrica de té.

REAL JARDÍN BOTÁNICO DE PERADENIYA

Con unas 59 hectáreas de extensión, su historia hunde sus raíces en una fecha tan lejana como 1371 en la que un rey trasladó la corte a Peradeniya. Los edificios del palacio fueron destruidos por los ingleses cuando ocuparon Kandy y el jardín fue rediseñado en 1821, seis años después de la conquista final del reino de Kandyan. Fue recibiendo plantas de otros jardines que habían sido creados para ensayar el cultivo de plantas de interés económico, y también el catálogo de flora que aportaba la exploración del país.. Hoy tiene prestigio científico mundial y cuenta con cerca de 4.000 especies, donde destacan sus

NUWARA ELIYA

Conocida como la ciudad jardín de Asia debido a sus colinas, valles y cascadas, está situada a casi 2000 m de altitud a los pies del Pidurutalagala, la montaña más alta de Sri Lanka. Fue fundada en 1819 por Sir Samuel Baker, famoso explorador que descubrió el nacimiento del Nilo y es la clásica estación de montaña de la época de los británicos. Casas de campo, hoteles y mansiones y otros edificios al más puro estilo colonial inglés, rodeados por generosos jardines o parques. Hay un excelente campo de golf, un hipódromo, así como un lago y un jardín botánico a las afueras. En épocas de vacaciones, son muchos los cingaleses de la clase media-alta que pasan unos días aquí para disfrutar de su clima saludable.

DÍA 8.- NUWARA ELIYA/P.N.YALA

En esta jornada nos dirigimos hacia el parque nacional de Yala. Nos alojamos en un hotel en el área y después nos trasladamos al Parque para realizar un recorrido de unas 2 horas y media

aprox., en jeep (6 personas por vehículo), a la búsqueda de la fauna que allí habita. Tras finalizar regresamos a nuestro alojamiento.

EXCURSIÓN AL P. N. YALA

Declarado "Santuario de Vida Silvestre" en 1900, hoy en día es el más visitado y el segundo mayor de los parques nacionales de Sri Lanka. Consta de cinco secciones, dos de los cuales están abiertas al público. Es conocido por su variedad de fauna salvaje y por la importancia para la conservación del elefante y muchas aves acuáticas. El agua es abundante después del monzón, pero durante la temporada seca, las láminas de agua remanentes se convierten en un factor clave para la vida salvaje. El agua aparece en forma de corrientes, estanques, pozos, charcos, lagunas... algunos abrevaderos aparecen y desaparecen en las zonas bajas, mientras que en terreno rocoso, hay piscinas que pueden tener agua todo el año, y se convierten en un punto clave para los elefantes. Para algunas aves acuáticas y los búfalos de agua estos depósitos naturales es el hábitat ideal.

DÍA 9.- P.N. YALA/GALLE/INDURUWA

Salimos temprano con dirección a Galle, donde visitamos su fuerte holandés. Tras finalizar, continuamos hasta Balapitiya, para poder realizar opcionalmente un paseo en barco por los manglares del río Madu Ganga. Después continuamos hasta Induruwa y sus playas, donde nos alojamos unos días.

GALLE

Es la ciudad más grande del sur de la isla y tiene fama de ser el mejor exponente de una ciudad fortificada en todo el sur y sureste de Asia. Fundada por los portugueses, su gran fuerte fue construido por los holandeses en la segunda mitad del siglo XVII y entre sus bien conservadas murallas, se encuentra la parte antigua de la ciudad con casas y mansiones de estilo colonial e iglesias.

DÍA 10 y 11.- INDURUWA. PLAYAS

Días libres.

DÍA 12.- INDURUWA /COLOMBO

En nuestro último día de ruta, nos dirigimos a Kosgoda Turtle Hatchery, donde podemos conocer un proyecto para la conservación de las tortugas. Al finalizar continuamos a Colombo, donde realizamos un recorrido por la ciudad.

COLOMBO

Capital de Sri Lanka y la mayor ciudad de la isla, es una población ruidosa y frenética, donde orientarse resulta relativamente sencillo. Al norte, se extiende el distrito Fort, centro de negocios del país, donde se encuentran los grandes almacenes y las oficinas de líneas aéreas, aunque también cuenta con centros de interés turístico, como la torre del reloj, un antiguo faro, la residencia del presidente y un grupo de edificios coloniales que dan al lugar un toque de antiguo imperio. Al este de Fort se encuentra el distrito del bazar Petta, donde merece la pena perderse por sus callejuelas y observar la cantidad de artículos que allí se venden. Hacia el sur se localiza Galle Face Green un paseo marítimo con vegetación esporádica y los jardines Cinammon que constituyen el barrio residencial más moderno con mansiones elegantes, calles bordeadas por árboles y el parque de mayor tamaño de la ciudad

DÍA 13.- VUELOS COLOMBO/CIUDAD DE ORIGEN

De madrugada, traslado al aeropuerto para salir en vuelo hacia la ciudad de origen con conexión intermedia. Llegada y fin de los servicios.

FECHAS DE SALIDA DESDE Madrid y Barcelona

JULIO: 13

AGOSTO: 3

SEPTIEMBRE: 7

OCTUBRE: 26

GRUPO MÍNIMO 4 PERSONAS

PRECIOS POR PERSONA

PRECIO	2.250,00 €
SUPL. HAB. INDIVIDUAL	600,00 €
-----	-----
TASAS AÉREAS	390 €(APROX)

SERVICIOS INCLUIDOS

- Vuelo Ciudad de origen/Colombo/Ciudad de origen (conexiones intermedias)
- Recepción en el aeropuerto de Colombo
- Traslados especificados
- Transporte por tierra en vehículo privado, con aire acondicionado
- Alojamiento en hoteles de 3 y 4 estrellas, en habitaciones dobles con baño privado y aire acondicionado
- Desayunos y cenas
- Jeep para el recorrido en el P.N.Yala
- Guía local de habla hispana para todo el recorrido
- Tasas aéreas
- Seguro de asistencia en viaje

SERVICIOS NO INCLUIDOS

- Almuerzos
- Visitas y actividades no especificadas como incluidas
- Entradas a los lugares a visitar (220 usd aprox.)
- Barca para el recorrido por los manglares en el río Madu Gang
- Guías locales (a la entrada de todos los sitios importantes, pueden ser contratados para la visita a un precio asequible).
- Tasas por el uso de las cámaras de foto o vídeo
- Extras personales, como bebidas, lavandería, teléfono, et
- Propinas
- Tasas de aeropuerto
- Cualquier otro concepto no mencionado como incluido.

DOCUMENTACIÓN

Pasaporte en vigor, con una validez mínima de 6 meses

Desde el 1 de Enero es necesario que cada persona rellene online una autorización electrónica para poder entrar en el país e imprima la confirmación.

www.eta.gov.lk Se puede pagar directamente en la web 30 usd o a la llegada 35 usd.

* Para conocer la situación actual del país consultar la página WEB del Ministerio de Asuntos Exteriores WWW.MAE.ES o a través del teléfono 91 3791628

SANIDAD

IMPRESINDIBLE consultar cualquiera de los Centros de Vacunación Internacional autorizados ya que pueden ser recomendables vacunas y tratamiento antipalúdico, cuya prescripción deberá realizarse de forma personalizada.

<http://www.msc.es/profesionales/saludPublica/sanidadExterior/salud/centrosvacu.htm>

SEGURO

Un seguro de asistencia está incluido en el viaje. La póliza será entregada junto con la documentación final.

Opcionalmente se puede contratar un seguro de gastos de anulación, por un **importe de 50€**

por persona . Debe solicitarse en el momento de realizar el pago de entrega a cuenta siempre que éste se realice como mínimo 15 días antes de la salida del viaje. Las condiciones de ambos seguros se puede consultar en nuestra pagina web: www.trekkingyaventura.com/seguros/SegurodeViajeAventura.pdf www.trekkingyaventura.com/seguros/SegurodeAnulacion.pdf

LOS ALOJAMIENTOS

Los hoteles no son céntricos, suelen estar a las afueras.

DIVISAS

La unidad monetaria de Sri Lanka es la Rupia Sri lanka (LKR) Puedes consultar la equivalencia en <http://www.xe.com/ucc/es>

CLIMA

El clima de Sri Lanka está marcado por la llegada de dos monzones al año, afectando a diferentes regiones de la isla por lo que siempre hay En las zonas montañosas de la región centro-sur el clima es notablemente más fresco, con temperaturas medias de entre 15°C y 25°C en función de la altitud.

La mejor época (= la más seca) para la costa oeste y suroeste y la zona de montaña es de diciembre a marzo, mientras que entre mayo y agosto estas regiones quedan bajo la influencia del monzón del suroeste. En cambio, la mejor época para estancias en la costa este suele ser de abril a septiembre. Dicha zona, a su vez, queda afectada entre octubre y enero por el monzón del noreste.

Esta situación climática no significa que durante el monzón llueva todo el día ni tampoco que en las otras épocas del año no puedan producirse lluvias y tormentas por las tardes, como es especialmente el caso durante los meses de octubre y noviembre.

-Conviene tener en cuenta la intensidad de un sol tropical implacable.

ENTRADAS Y OPCIONALES

Pinnawela Elephant Orphanage – USD 25

Dambulla Temple – USD 15

Sigiriya Rock Fortress – USD 35

Polonaruwa Sacred Area – USD 25

Aukana Temple - USD 05

Anuradhapura Sacred Areas – USD 25

Kandy Temple – USD 10

Cultural Dance Show – USD 10

Peradeniya Botanical Gardens – USD 15

Yala National Park – USD 25

Jeep for Safari – USD 45 (Yala National Park Maximum - 6 Persons Per Jeep)

Turtle Hatchery – USD 05

Boat Ride in Madu Ganga – USD 10

Water Sports en la Playa – USD 25

- Banana Ride : 02 Km.
- Tube Ride : 02 Km.
- Jet Ski 500cc : 02 Km.

RESERVA

Para realizar tu reserva necesitamos que nos solicites en hola@yporquenosolo.com o en el **911644035** un **formulario online** en el que cumplimentar tus datos personales.

- Nombre y apellidos (exactos a los del pasaporte) y DNI.
- Teléfono de contacto y correo electrónico.
- Ciudad de salida
- Habitación individual o a compartir.

Para formalizar la reserva, tendrás que abonar un **depósito del 40 % del importe total del viaje** por una de estas vías:

- **Transferencia bancaria** Bankia ES53 2038 1119 0060 0068 6356 beneficiario Trekking y Aventura indicando el nombre completo del pasajero que va a viajar.
- **Tarjeta de crédito** (salvo American Express) en el área de cliente de nuestra web podrás acceder con unas claves de acceso que te entregaremos al realizar la reserva.
- **Efectivo o talón** en nuestras oficinas.

Una vez recibidos estos trámites, te enviaremos un correo electrónico con el estado de tu reserva, dossier del viaje y justificante del pago recibido.

La documentación será entregada aproximadamente 8 días antes de la fecha de salida, retirándola en nuestras oficinas de Madrid o por correo electrónico.

Estamos a tu disposición para cualquier aclaración adicional, presencialmente en Ventura Rodríguez 15, Madrid, por teléfono en el 911644035 o vía mail en hola@yporquenosolo.com

Sujeto a las condiciones generales que se encuentran en nuestra web.
www.trekkingyaventura.com/condiciones.asp