

## RUNDREISEPROGRAMM VOR DER KUR – 7 Tage/6 Nächte

### 1.Tag (Mo)

Nach Ankunft in Colombo werden Sie am Flughafen von Ihrem Reiseleiter begrüßt und zum Cinnamon Lakeside Hotel in der Stadt gebracht. Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung.  
*(An diesem Tag finden auch bereits die ärztlichen Konsultationen statt – bitte halten Sie hierzu Rücksprache mit Herrn Norbert W. Fischer von der Nandhi Ayurvedic)*  
Abendessen & Übern. im Cinnamon Lakeside Hotel.

### 2.Tag (Di)

Nach einem ausgiebigen Frühstück geht die Fahrt ins Landesinnere mit heutigem Ziel Kandy.  
Sri Lankas überwältigende landschaftliche und klimatische Vielfalt, dazu das reiche kulturelle Erbe, haben seit vielen Jahrhunderten Reisende aus allen Teilen der Erde angezogen. Daran hat sich heute nichts geändert; Sri Lanka bietet auf nur gut 65.000 Quadratkilometern Fläche (etwa so groß wie Bayern) eine berauschende Fülle von Eindrücken, welche die moderne Gegenwart mit der großen Tradition der Vergangenheit harmonisch vereinen.

Unterwegs machen Sie Halt in **Pinnawela**. Hier besuchen Sie das **Elefantenwaisenhaus**, wo bereits seit 1975 junge, elternlose Elefanten aufgezogen und zu Arbeitselefanten ausgebildet werden. Heute leben hier über 60 indische Elefanten. Zweimal täglich treiben die Mahouts, wie man die Elefantenhüter nennt, die Tiere zum etwa 400 Meter entfernt gelegenen Fluss Maha Oya, wo die Elefanten ein ausgiebiges Bad nehmen. Dies ist zweifelsohne der Höhepunkt für Besucher, und im Gasthaus am Fluss warten täglich sowohl Touristen als auch Einheimische auf das immer aufs Neue spannende Naturschauspiel.

Anschließend geht es weiter Richtung Kandy. Das Klima wird merklich angenehmer, denn die Stadt befindet sich im zentralen Gebirge Sri Lankas (etwa 500m über dem Meeresspiegel). Weiter südlich kommt man schon ins Hochland, wo der Pidurutalagala, mit 2.525m Sri Lankas höchster Berg, liegt. Aus dieser Gegend stammt auch der weltberühmte Ceylon-Tee. Deshalb werden Sie unterwegs auch eine Teeplantage und eine **Teefabrik in Giragama** besichtigen. Erfahren Sie hier alles über den weltbesten Tee, den Anbau, die Produktion und seine Auslese. Eine Kostprobe ist natürlich inbegriffen!

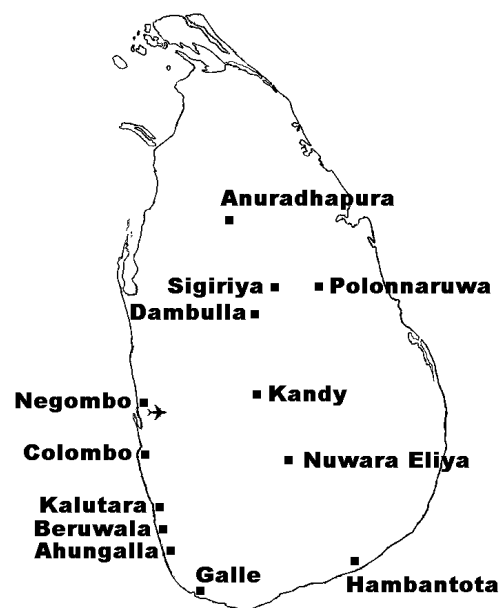
Nach Ankunft in **Kandy** am Nachmittag unternehmen Sie eine Stadtrundfahrt. Die antike Königsstadt (UNESCO-Kulturerbe) gilt als religiöses Zentrum Sri Lankas und liegt idyllisch an einem See. Neben zahlreichen Tempelanlagen, die man hier findet, ist der bedeutendste der Dalada Maligawa oder auch "Zahn-Tempel", den Sie natürlich besichtigen. Hier verehren die Gläubigen einen Zahn Buddhas, der in einem goldenen Schrein aufbewahrt wird. Weiterhin schlendern Sie über den Kandy Basar und genießen einen herrlichen Panoramablick auf die Stadt von der Upper Lake Road.

Am Abend werden Sie Zeuge einer klassischen kulturellen Show mit Tanzvorführungen. Abendessen und Übernachtung im Hotel Topaz.

### 3.Tag (Mi)

Nach dem Frühstück im Hotel wird es „dufte“... Lassen Sie sich verzaubern von der besonders großen Artenvielfalt der mehr als 5000 Pflanzen im **Botanischen Garten von Peradeniya** – ein Muss für jeden Besucher! Einige Pflanzen werden Ihnen sicher bekannt vorkommen, nur nicht in dieser gewaltigen Größe und den prächtigen Farben.  
Danach geht es weiter über **Matale**, wo Sie bei einem Stopp in einem Gewürzgarten viel Wissenswertes über die zahlreichen exotischen Gewürze erfahren, nach Kandy. Die Geschichte der Stadt reicht zurück bis ins 13. Jahrhundert auf König Wickramabahu und auch heute noch "atmen" Besucher Geschichte.

Anschließend geht es weiter Richtung Norden mit Ziel **Dambulla**, ein großes und freistehendes Felsmassiv. Hier befindet sich der im ersten Jahrhundert erbaute Felsentempel. In diesen Felsenhöhlen fand der König 14 Jahre lang Zuflucht, während die Hauptstadt Anuradhapura von den Indern besetzt war. Nach der Rückeroberung der Hauptstadt wurden die Höhlen zu einem herrlichen Felsentempel. Der Ausblick vom Gipfel ist atemberaubend. In über 100 m Höhe befinden sich fünf Höhlen, die in Heiligtümer verwandelt wurden. Ein 14 m langer ruhender, in Fels gehauener Buddha befindet sich in der ersten Höhle. Steingravierungen und Fresken, die das



religiöse und historische Interesse wecken, sind in den Höhlen zahlreich vorhanden. Diese Fresken entstanden in der Zeit vom 15. bis zum 18. Jahrhundert. In einer der Höhlen, der größten und schönsten, stehen nicht weniger als 150 lebensgroße Statuen von Gottheiten. Zahlreiche Szenen aus dem Buddhalieben sind in leuchtenden Farben gemalt.  
Abendessen und Übernachtung im Hotel Sigiriya Village.

#### 4.Tag (Do)

Gleich früh am Morgen brechen Sie auf zur Himmelfestung **Sigiriya**: Das über 200 Meter aus dem Dschungel aufragende Felsmassiv, das einst König Kasyapa als Festung und Schutz vor der Rache seiner Brüder diente, bietet dem Besucher einen unvergesslichen Anblick, wenn man von der Dschungelstraße abbiegend auf den roten Felsen schaut, der sich gegen den strahlend blauen Himmel abhebt. Diese Stätte muss noch atemberaubender gewesen sein, als der Palast die Felsenspitze krönte und die weißen Marmorwände, die ehernen Dächer und juwelenbesetzten Turmspitzen vom Sonnenlicht überflutet wurden. Die weltberühmten Wolkenmädchen (Felsenfresken) sind von außergewöhnlicher Schönheit, es sind Darstellungen von Mädchen, Nymphen oder himmlischen Wesen, die mit Tonfarben auf die spiegelblanken Felsen gemalt wurden. Danach Rückkehr zum Hotel für ein spätes Frühstück und eine kurze Pause. Anschließend fahren Sie weiter nach **Polonnaruwa**, im Mittelalter die Hauptstadt der Insel. Nachdem Anuradhapura zu Beginn des 11. Jahrhunderts von indischen Eroberern besetzt wurde, wurde der Regierungssitz nach Polonnaruwa verlegt. Die erhaltenen Bauwerke sind Überreste aus der Regierungszeit von nur zwei Königen. Die Stadt war großzügig gestaltet. Drei konzentrische Stadtmauern wurden errichtet, und zahlreiche Parks, Gärten, Paläste, Tempel und Schreine schmückten die Stadt. Ein gut ausgebautes Kanalnetz und ein künstlicher See (Parakrama Samudra) sicherten die Wasserversorgung.  
Abendessen & Übernachtung im Hotel Sigiriya Village.

#### 5./6.Tag (Fr/Sa)

Nach dem Frühstück setzen Sie die Fahrt an die Ostküste fort. Genießen Sie ein paar Tage an den ruhigen und schönen **Stränden in Passikudah**, ca. 30km nördlich von Batticaloa. Ihr Domizil wird für die kommenden zwei Tage das Hotel Amethyst Passikudah sein.  
Übernachtung/Halbpension im Hotel Amethyst Passikudah.

#### 7.Tag (So)

Frühstück im Hotel, anschließend werden Sie schließlich zur Greystones-Villa nach Diyatalawa gebracht, hier treffen Sie auf die anderen Kurteilnehmer (Ankunft gegen 17 Uhr).

#### *Eingeschlossene Reiseleistungen:*

- \* Unterbringung in den genannten Hotels inkl. Frühstück & Abendessen gem. Reiseverlauf
- \* Transport im klimatisierten PKW oder Minibus mit privatem, englischsprachigem Fahrer als Reiseleiter & Chauffeur (Aufpreis für deutschsprachigen Fahrer/Guide € 48,00)
- \* Eintrittsgelder für Sigiriya, Polonnaruwa, Dambulla, Botan. Garten, Zahntempel und Pinnawela

#### *Nicht eingeschlossen:*

- \* Mittagessen, Getränke während der Mahlzeiten
- \* Video- und Fotogebühren in den Sehenswürdigkeiten
- \* Tickets für die Teilnahme an der Kandy Perahera
- \* persönliche Ausgaben, Trinkgelder

Reisepreis pro Person im Doppelzimmer (min. 2 Pers.):	€ 894,00
Einzelzimmerzuschlag:	€ 298,00
Reisepreis als Einzelreisende(r) im Einzelzimmer:	€ 1.478,00
(während der Kandy Perahera im Juli/August Aufpreis € 45,- pro Zimmer im Hotel Topaz)	

#### **Hinweis zum Reisepreis:**

Da die Übernachtung aus dem Standardpaket sowie der Transfer zur Kurklinik in dieser Rundreise bereits enthalten sind, reduziert sich der Grundpreis gemäß Reiseanmeldung wie folgt:

Pro Person im Doppelzimmer	= Ermäßigung um	€ 125,00
pro Person im Einzelzimmer	= Ermäßigung um	€ 185,00

=> Rundreise wird als Privatreise durchgeführt und ist ausschließlich für die Gäste der Greystones-Villa vorbehalten. Garantierte Durchführung ab 1 Person (siehe Preis Einzelreisender); bei Anmeldung von zwei oder mehreren Personen gilt der Preis ab min. 2 Personen. (reduzierter Preis ab 4 Personen a.A.)