



Reisetipps SRI LANKA LANKAREISEN, Bern

Regierungssitz	Sri Jayawardnapura, KOTTE
Wirtschaftsmetropole	Colombo
Währung	Sri Lanka Rupees; Kurs im Lande ca 185 Rupees = 1 CHF (Stand Januar 2020)
Geldwechsel	Banken, in Hotels, am Flughafen und an den Bancomaten ATM Je nach ATM kann man 20'000 bis 40'000 Rupees (ca. 200 bis 400 CHF pro Mal abheben. Sehr gut ist die Postcard; Banköffnungszeiten: 9.00 – 15.00 Uhr Oder die Travel Cash Card Etwas Bargeld kann bereits am Flughafen (gleich in der Eingangshalle) gewechselt werden (immer schauen, dass kleine Scheine von 100 Rupees dabei sind – kann man für Trinkgelder gut brauchen)
Amtssprachen	Tamil und Sinhala – englisch ist weit verbreitet
Zeitdifferenz	+ 4.5 Stunden im Winter, + 3.5 Stunden im Sommer
Staatsform	Präsidentialrepublik
Fläche	65'610 km ²
Einwohnerzahl	20'277'597, Bevölkerungsdichte 323 Einwohner pro km ²
Bruttoinlandprodukt	Total nominal 59 Mia Dollar BIP/Einw. PPP 5'674 \$ BIP nominal 2'877 \$
Unabhängigkeit	Seit dem 4.2.1948 vom Vereinigten Königreich
Religionen	Buddhismus (Staatsreligion), Hinduismus (Tamilinnen und Tamilen im Osten und Norden) Muslime (Beruwela Südwesten oder in Hambantota, Süden sowie auch im Tamilengebiet im Osten), Christen (vorab in Colombo/Negombo)
Trinkgelder	Die Leute sind auf das Trinkgeld angewiesen, da ihre Löhne sehr bescheiden sind. Aber trotzdem sind die Trinkgelder fakultativ. Pro Person ca. 1000 Rupees die Woche im Hotel an das Zimmermädchen/den Zimmerboy Gepäckträger im Hotel ca 200 Rupees Für Führer und Begleiter ca 5 Dollars pro Tag, je nach Leistung (bei individuellen Touren mit 2-4 Personen)
Sicherheit	Aktuelle Infos unter: www.eda.admin.ch Die Kriminalitätsrate in Sri Lanka ist nicht hoch; Gewaltverbrechen an Touristen/Touristinnen kommen nur selten vor. Selbstverständlich ist trotzdem überall Vorsicht geboten: Gelegenheit macht Diebe. Benutzen Sie den Tresor im Hotel Achtung: Taschendiebe an zentralen Orten, vorab auch in Bussen Frauen reisen besser zu zweit! Anmache ist „verbreitet“.
Wirtschaft	<ul style="list-style-type: none"> • Edelsteine (Achtung: nicht alle sind echt) • Tee, Kautschuk • Textilindustrie • Tourismus

Öffnungszeiten	<p>Ämter und Behörden: Mo-Fr. 9.00 – 17.00 Uhr Archäologische Museen täglich ausser dienstags 8.00-17.00 Uhr</p> <p>Keels oder Food City Supermärkte sind meistens 7 Tage die Woche geöffnet, von 9.30 Uhr bis ca. 22.00 Uhr</p>
Souvenirs	<ul style="list-style-type: none"> • Edelsteine (Achtung: Handeln); nur an guten Orten einkaufen, zb. Bei Prasenna in Kandy (es gibt viele Geschäfte, die unechte Edelsteine oder Gold anbieten). Lanka Reisen nennen! • Batiken • Tee • Gewürze • Silberarbeiten • Ayurvedische Produkte (zb Siddhalepa, Samahan-Erkältungstee)
Sehenswertes	<ul style="list-style-type: none"> • Blauwale und Delphine in Mirissa, Trinco und Kalpitiya • Boddhi Baum in Anaradhapura, heiliger Baum, der älteste in SL • Yala National Park (Hirsche, Krokodile, Elefanten, Leoparden) • Veddhas (sri-lankische UreinwohnerInnen) • Edelsteinminen in Ratnapura • Alte Königsstädte wie Polonnaruwa, Anuradhapura • Sigyria Felsen • Religiöse Stätten wie Dambulla Felsentempel • Kandy Stadt mit Markt, Folklore Show • Pinnawala – Elefantenwaisenhaus • Minneriya Nationalpark mit seinen vielen Elefanten • Peradenya – Botanischer Garten • Hochland mit den Teeplantagen • Bahnfahrten im Hochland • Wandern in den Knuckles Range • Kautschukplantagen, Teeplantagen, Zimtplantagen, Ananasplantagen • Nähe Beruwela: Brief Garden von Architekt Jeffrey Bawa • Unberührte Ostküste bei Arugam Bay (Surfer-Paradies) und Trincomalee • Und vieles mehr.....!!
Strände	<p>An Stellen, an denen die Küste nicht durch Riffe geschützt ist, sind Brandung und Unterwasserströmungen je nach Jahreszeit und Wetterlage sehr stark und verhindern somit das unbeschwerete Baden im Meer.</p> <p>Diverse Tauchschulen bleiben zwischen Mai und Oktober geschlossen.</p> <p>Der Bentota Fluss, der zwischen Beruwela und Bentota ins Meer mündet, führt manchmal Pflanzen und Sand mit sich. Bei ungünstigen Wind- und Strömungsverhältnissen verfärbt sich das Wasser. Durch natürliche Einflüsse verändert sich teilweise die Breite der Strände in Sri Lanka. Da diese öffentlich sind, gibt es besonders an touristischen Orten Strandverkäufer/-innen und sogenannte Beach Boys. Deshalb stellen die meisten Hotels die Liegestühle nicht direkt an den Sandstrand, sondern innerhalb des Hotelareals. Dort fühlt niemand sich belästigt.</p> <p>Die schönsten Strände befinden sich jedoch unserer Ansicht nach im Osten des Landes; sie sind noch sehr unberührt vom Tourismus (die beste Jahreszeit für eine Reise dorthin ist April-Oktober; dann ist das Wasser ähnlich wie in der Karibik)</p>
Pass und Visa Informationen	<p>Bürger/-innen aus der CH, D, F, I, FL, A (Pass mind. 6 Monate über Rückreisedatum gültig)</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • Ein Touristenvisum ist vorgängig einzuholen. Die Kosten belaufen sich auf CHF 30.-- pro Person (www.immigration.gov.lk); das Visum wird innert 1-2 Tagen per E-Mail zugesandt • Aufenthalte über 30 Tagen = visapflichtig (evtl. über sri-lankische Botschaft oder vor Ort einholen)
Zahlungsmöglichkeiten	Sri Lanka Rupees werden überall akzeptiert; bitte wenn möglich immer kleine Scheine „machen“, da nützlich für Trinkgelder (100 Rupees) Grössere Hotels auch Kreditkarten (Achtung vor Kreditkartenbetrug) Post- und Bankkarten = überall im Land sind entsprechende Automaten zum Bargeldbezug - Travel Cash Card
Events und Festivals	<p>Alle Vollmonde sind buddhistische Feiertage und es wird kein Alkohol ausgeschenkt. Gilt auch für Touristen. Sie dürfen aber Alkohol im Zimmer konsumieren (also können Sie am Vortag bestellen und die Flaschen in der Minibar lassen).</p> <p>Im Juli oder August ist die berühmte Kandy-Perahera oder das hinduistische Kataragama Fest. Das buddhistische Neujahr wird jeweils am 13. Und 14. April gefeiert Wesak feiern die Sri Lanki im Mai, Poson Poya im Juni. Dezember/Neujahr: Weihnachten (in Colombo ist Party-Time)</p>
Flugzeit	Zürich-Dubai 6 Stunden; Dubai-Colombo 4 Std. Shopping in Dubai (das gleiche gilt über Doha mit Qatar)
Kinderaktivitäten	Yala National Park oder Kaudullapark (Elefantenherden) Pinnawela Elefantenwaisenhaus Nuwara Elyia – beim See hat es Karussell etc. Kinderspielplatz
Spa und Wellness	In grossen Hotels vorhanden. Viele Hotels bieten Ayurveda SPA's an. Die Kosten für Massagen in den 4/5 Sterne Hotels sind schon recht teuer und kommen, je nach Massage, auf ca 80-120 Dollars für 1 Stunde Auf Wunsch können wir in Colombo Vorreservierungen machen, zb. im Beauty Salon Kess oder in Mt. Lavinia im Siddhalepa Ayurvedic Hospital und SPA (dort ist die Massage ca Sfr. 40.—pro Stunde)
Unterkunft	Hauptstadt und Badeorte: internationaler Standard Im Inselinnern: Im Vergleich zum Teil sehr einfach, zb. Nest Guest House in Mahyangana (bei den Veddhas) Die touristische Infrastruktur ist noch nicht überall vorhanden, speziell nicht an der Ostküste und im Norden - dafür entschädigt die Ruhe
Reiseleitung vor Ort	Betreuung durch die lokale Reiseleitung ; wir arbeiten mit renommierten Firmen zusammen
Klima	Ganzjährig sehr ausgeglichen. Durchschnittstemperatur variiert nur um 4 Grad, d.h. zwischen 28-32 Grad. Der kälteste Monat ist der Januar, der heisseste der Mai. Wassertemperatur stets um die 27 Grad (Indischer Ozean) Je nach Region und Saison, kurze und heftige Regenschauer (Regenzeit ist an der Westküste Mai/Juni und Oktober bis anfangs Dezember). In den letzten Jahren hat sich das Wetter und die Monsun-Jahreszeiten auch nicht mehr an die Regeln gehalten.
Kleidung	Möglichst Baumwoll-Kleidung; tagsüber ist es warm mit ca 28-30 Grad; für den Besuch von buddhistischen Stätten sind knielange Hosen und T-Shirts mit Aermeln obligatorisch; abends ist eine leichte, lange Baumwollhose von Vorteil wegen Moskitos; Im Hochland (Nuwara Elyia) kann es kühl werden mit Temperaturen von ca 10-15 Grad; im Dezember kann die Temperatur nachts bis auf 0-5 Grad runtergehen

	<p>Turnschuhe für den Besuch von Sigiriya Rock von Vorteil Ansonsten gute, leichte Schuhe zum Spazieren oder Sehenswürdigkeiten besuchen (allenfalls können alte Kleider gleich dort gelassen werden, dh. sie werden an die arme Bevölkerung verschenkt) Für die Hotels sind nicht speziell elegante Kleider nötig; fast nirgends wird Krawatte bei den Herren erwartet (nur im English Club in Nuwara Elyia). Aber keine Shorts für das Abendessen in den Hotels</p>
Fauna und Flora	<p>Der älteste berühmte heilige Boddhi-Baum befindet sich in Anuradhapura. Über 300 Arten von Blütenpflanzen sind auf der Insel zu entdecken. Der betörende Duft von Orchideen und Frangipaniblüten liegt in der Luft. Doch auch die Tierwelt ist vielfältig. Ob an Land oder im Wasser: Elefanten, Leoparde, Wasserbüffel, Krokodile, Leguane, Warane. Wer wirklich Glück hat, sieht mal einen LORIS. In der Nähe von Puttalam gibt es viele Delphine Mirissa ist bekannt für Blau- und Pottwale (Saison ist Dez – März)</p> <p>Schlangen: sieht man eher selten (aber trotzdem aufgepasst, speziell in Ananas-Feldern/Termitenhügel = Kobras) Es gibt 5 sehr giftige Schlangenarten auf Sri Lanka (zb Russel Viper, Kobra, Krait), die vorab Dämmerungs- und Nachtaktiv sind (am meisten Bisse sind zwischen 17.00 – 20.00 Uhr). Deshalb nachts mit Taschenlampe unterwegs sein.</p> <p>Selten zu sehen sind Skorpione, Spinnen in verschiedenen Grössen und Farben (zb im Regenwald)</p> <p>Es gibt noch einen giftigen Tausendfüssler.</p>
Beste Reisezeit	<p>Ganzjährig; Ideale Reisemonate Februar und März April und Mai sind die heissesten Monate. Mai-Juni = Monsunzeit an der Südwestküste, Dezember-Januar = Monsunzeit an der Ostküste Für Leute, die es möglichst kühl wollen: Dezember-Januar reisen Im Hochland kann es im Dezember/Januar nachts sehr kühl werden</p>
Winterdestination	Sri Lanka ist das ganze Jahr bereisbar, zu beachten sind die unterschiedlichen Monsunzeiten
Ländervorwahl	+94
Telekommunikation	Empfang Mobiletelefon: Je nach Region guter Empfang. Am besten beschaffen Sie sich eine lokale Telefonkarte (über einen Einheimischen – da eine ID lokal vorgezeigt werden muss). Dann ist telefonieren günstiger als über die Schweiz
Internetzugang	Internet-Cafés vorhanden, viele grössere Hotels haben Internetzugang
Elektrizität	230 bis 240 Volt, Adapter von Vorteil (mit einem Kugelschreiber ist es aber auch möglich – 2-polige Stecker)
Gesundheit und Schutzimpfung	<p>Allgemein empfohlene Schutzimpfungen der WHO: Diphtherie, Tetanus, Informationen über www.safetravel.ch Malaria-Prophylaxe: Nicht mehr erforderlich, da Sri Lanka seit 2 Jahren malaria-frei ist. Jedoch gibt es leider immer noch viele Fälle von Dengue-Fieber. Einzige Prävention hier ist ein guter Mückenschutz und entsprechende Kleidung. Die Gesundheitsversorgung ist recht gut, doch sind die hygienischen Bedingungen für unsere Gemüter doch sehr gewöhnungsbedürftig</p> <p>Gute Spitäler finden sich in Kandy und in Colombo</p>
Politik	Republik
Geschichte	250 v Chr. Ein indischer Prinz verbreitet die Lehre Buddhas, welche bald darauf Staatsreligion wird.

	<p>100 v Chr. Die Tamilen kommen aus Südindien auf die Insel 1505-1815, nach und nach erobern zuerst die Portugiesen, dann die Holländer und zuletzt die Briten (u.a. mit Hilfe von Schweizer Söldner) das Land. 1972 das ehemalige Ceylon erhält einen neuen Namen: Sri Lanka</p>
Lokale Gerichte	<p>Reis und Curries Baripu: Linsensuppe Ape und Stringhoppers zum Frühstück Kottu Rothi (gehacktes Fladenbrot mit Gemüse und Hähnchen od. Vegi) Rolls und Cutlets: als Snacks zwischendurch, gefüllte Teigtaschen Watalapam: Eiercrème-Pudding</p>
Zoll und Einfuhrbestimmungen	<p>Zollfreie Einfuhr (Änderungen vorbehalten); Duty Free Einkauf bei Ankunft am Flughafen in Colombo möglich; 2 Flaschen Wein 500 ml Parfüm 1, 5 Liter Spirituosen Souvenirs im Wert von max. USD 250 Währung: Einfuhr auf 5000 LKR beschränkt Achtung: keine zollfreien Zigaretten und Tabak</p> <p>Die Sri-Lankas kaufen oft ihren Whisky oder Wein dort ein, um ihn später im Hotelzimmer zu konsumieren – ist in Sri Lanka kein Problem.</p>
Restaurants	<p>Verpflegungsmöglichkeiten ausserhalb des Hotels finden sich in kleineren Strandbars und familiären Restaurants. In Colombo hat es sehr viele schöne Restaurants, z.B. Bay Leave (italienisch) Barefoot, The Gallery Café, Cinnamon Grand Café mit dem besten Seafood Restaurant der Stadt, dem Lagoon, das Asylum in Colombo (Union Square) oder das Käma Sutra – ebenfalls viele Restaurant im Dutch Hospital</p>
Unterhaltung	<p>In Sri Lanka gibt es – ausser in Colombo – praktisch KEIN Nachtleben. Die abendliche Unterhaltung ist auf das Angebot des entsprechenden Hotels beschränkt. In Colombo gibt es verschiedene Nightclubs in Hotels oder z.B. das R & B, die QBaa oder die Skybar im Kingsbury Hotel</p>
Visa	<p>Die Visa können online eingeholt werden: www.eta.gov.lk</p>