

Sri Lanka – Women’s Culture



Daten:	14.07.-26.07.2020, 15.11.-27.11.2020, 14.02.-26.02.2021
Dauer/Grösse:	13 Tage, Gruppenreise 10 - 13 Personen
Preis:	ab CHF 3'890 im Doppelzimmer, + ab CHF 910 Einzelzimmerzuschlag
Reisebegleitung:	Sri Lanka Reiseleiterin
Charakter:	Kultur, aktiv unterwegs, Yoga/Spiritualität

Sri Lanka ist die einzigartige, traumhaft schöne Insel, auf der es 1001 Dinge und mehr zu entdecken gibt: kleine Buddha-Tempel, ein scharfes Curry auf einem Bananenblatt, frischen Tee in Bioqualität, tempo- reiche Fahrten mit dem Tuk-Tuk oder genüssliche Zugsfahrt vorbei an malerischen Wasserfällen. Dann die gastfreundlichen Menschen, die uns gerne Einblick in ihr Leben und ihre Philosophien geben. Wir treffen sie an heiligen Orten, geniessen mit ihnen eine Morgenmeditation, spazieren mit ihnen über den Markt oder im botanischen Garten. Im Gespräch werden wir ganz schnell Freundinnen.

Women Travel exklusiv: Galerienbesuch und Besuch bei Frau Sansoni, einer mit vielen Prestigepreisen ausgezeichneten Unternehmerin, Künstlerin, Schriftstellerin. Experten-Stadtpaziergang im kolonialen Colombo, Besuch im Warenhaus Odel, das von Frau Odara Gunawardena, einer Unternehmerin und Tierschützerin gegründet worden ist. Sie besuchen ein Fischerfrauen-Projekt, machen eine spirituelle «Kurz-Reise» mit einem Mönch, Schulbesuch und Gespräch um kostenfreie Schulbildung und die Herausforderungen für die Lehrerinnen, Gespräch mit Institutsdirektor eines NGO für Tee-Plantagen-Arbeiterinnen, Kandyan Tanzstunde, Besuch im Kinderprojekt der Teepflückerinnen-Community, ein Curry im Bauernhaus-Restaurant der Rani, unglaubliche Geschichten der Göttinnen und die Marktbesuche z.B. in den geheimnisvollen Gewürzgassen und unter den Palmen am Strand. Entdeckungen «off the beaten track».

Unesco Weltkulturerbe: Heilige Stadt Anuradhapura, Polonnaruwa, mystischer Felsen Sigiriya, Stadt Kandy, Felsentempel von Dambulla und die Altstadt von Galle.



Reiseprogramm

Tag 1: Zürich – Colombo

Bon Voyage-Apéro am Flughafen Zürich, Abendflug nach Colombo.

Tag 2: «Ayubowan!» – Willkommen auf der Insel.

Sie werden von der Reiseleitung am Flughafen abgeholt und machen einen Besuch in der Textil-Galerie «Barefoot». Im Gespräch hören Sie, wie dieses bekannte Textilgeschäft entstanden ist. Danach bummeln Sie durch die Altstadt und lernen verschiedenen Perspektiven der Stadtgeschichte kennen. Die Tour führt in die Zeiten, als die Insel noch Ceylon hiess. Leichtes Abendessen in einem von Geoffrey Bawa gestalteten Restaurant, einem der bekanntesten Architekten Asiens. Für sein Gesamtwerk erhielt er den Aga Khan Award für Architektur. Unterkunft im Hotel Galle Face direkt am Meer, Mahlzeiten M, A.

Tag 3: Colombo – Negombo

Geniessen Sie die atemberaubende Strandpromenade vor Ihrem Hotel. Der Tag beginnt mit einem Besuch im bekannten Warenhaus «Odel» – von einer Frau gegründet. Anschliessen Weiterfahrt nach Negombo – eine sympathische Stadt zwischen Meer, Lagune und Flughafen. Hier treffen sie Indira, die mit Kunst und Handwerk und mit den Fischerfrauen von Negombo wunderschöne Kunstkarten herstellt. Besuch im Atelier. Unterkunft in Negombo, Mahlzeiten: F, A.

Tag 4: Spirituelle Begegnung mit dem Mönch

Negombo ist eine quirlige Stadt am Meer mit einem farbigen Markt, dem Hafen und vielen Blumen. Sie blicken heute hinter die Kulissen, spazieren zum Markt und entdecken das Leben. Danach Fahrt (ca. 3h) nach Anuradhapura. In der ersten Hauptstadt sehen Sie eine der interessantesten Ruinenstätte Südasiens. Hier befindet sich auch der heiligste Baum der Insel: der Sri-Maha-Bodhi-Baum. Er ist ein Ableger des grossen Bodhi-Baumes aus Indien, unter dem Buddha seine Erleuchtung fand. Sie treffen sich mit einem buddhistischen Mönch zum Diskurs oder Meditation. Unterkunft in Anuradhapura. Mahlzeiten: F, A.

Tag 5: Elefanten im Dorf – ein respektvolles Zusammenleben.

Nach dem Frühstück sehen Sie den heiligen Ruwanweliseya Stupa, ca. 140 v. Ch. erbaut. Danach Weiterfahrt nach Dambulla (ca. 2h) – durch kleine Dörfer, vorbei an buddhistischen Tempeln, an Bananenstauden, blühenden Frangipani und tropischen Landschaften. Die sanfte Landschaft lädt zum Träumen ein und die Dambulla Höhlentempel sind wieder ein einzigartiger, kultureller Höhepunkt von Sri Lanka. Danach besuchen Sie Elefanten im Dorf, sehen, wie wichtig das Zusammenleben von Mensch und Tier ist. Eine frische Kokosnuss erfrischt. Unterkunft in Habarana. Mahlzeiten: F, A.

Tag 6: Schulbesuch - Polonnaruwa – Besuch auf dem Bauernhof - Minneriya Nationalpark

Besuch in einer Schule, Sie können das Schulsystem des Landes kennen lernen. Die Lehrerinnen (hier ein Frauenberuf) erzählen über Herausforderungen und Freuden. Danach haben wir Fahrräder für Sie reserviert – Sie fahren durch zahlreiche Buddha-Statuen sowie prachtvollen Überresten eines grossen Stupas und mehrere Tempel der ehemaligen Hauptstadt des singhalesischen Reiches aus dem 11.-13. Jh. Höhepunkte: Gal Vihara, die aus einem Stein heraus gemeisselten liegenden und stehenden Buddhas (Unesco-Weltkulturerbe). Danach werden Sie von Bäuerinnen zum typischen Curry-Mittagessen eingeladen. Im Minneriya Nationalpark erleben Sie auf einer Jeepfahrt den Dschungel und frei spazierende Elefanten, viele Vögel und Hirsche. Unterkunft in Habarana. Mahlzeiten: F, M, A.



Tag 7: Die Wolkenmädchen von Sigiriya und die Gewürzgärten

Besteigung der Festung auf dem atemberaubenden Felsen von Sigiriya, die Wolkenmädchen zieren als bekannte Malerei die Felswand. Weiterfahrt Richtung Kandy. In dieser Gegend wachsen die tropischen Gewürze wie Nelken, Kardamom, Zimt und Pfeffer. In einem privaten Gewürzgarten sehen Sie, wie die Gewürze wachsen und können danach gleich ein «Curry homemade» probieren, das Mittagessen wird mit frischen Gewürzen gekocht und ist ein bisschen würzig... In Kandy kommen Sie ins Teegebiet der Insel. Unterkunft in Kandy, Mahlzeiten: F, M, A.

Tag 8: Yoga, klassischer Tanz und heiliger Zahntempel

Der Tag beginnt mit einer Yogastunde. Danach fahren Sie zu den «Royal Botanical Gardens», einem der schönsten Gärten Asiens. Sie spazieren und treffen einen Biologen, der Details zum Garten geben wird. Danach Besuch bei einem privaten Tanzlehrer, wo «Kandyan Dances» gelehrt werden. Mittagessen. Gegen Abend besuchen im Tempel des Zahns, der im 17. Jh erbaut worden ist. Der Tempel steht im Zentrum der Stadt – und ist auch philosophisches und religiöses Zentrum der Insel. Abends kommen dem Menschen zum Beten, bringen Blumen und Räucherstäbchen. Ein Erlebnis. Unterkunft in Kandy, Mahlzeiten: F, M, A.

Tag 9: Bahnfahrt 2. Klasse durch Teeplantagen ins Hochland

Sie fahren durch grün leuchtende Teeplantagen und mystisch im Nebel verhangenen Hügeln nach Nano Oyu. Diese Reise ist einzigartig, die Begegnungen auf der Fahrt sind spannend, die Aussichten fantastisch. Sie fahren 2. Klasse, offene Wagen, der Wind weht Ihnen in den Haaren. Dann weiter zur Stadtführung in Nuwara Eliya und zum Besuch ins Kinderheim. Unterkunft in Nuwara Eliya. Mahlzeiten: F, A.

Tag 10: Ein Tässchen Tee

1815 begannen die Engländer, Tee auf Sri Lanka zu pflanzen. Noch heute werden auf wunderschön gelegenen Anwesen Tee kultiviert und verkauft. In der Teefabrik sehen Sie, was ein Orange Pekoe, BOP, BOPF und Dust ist und geniessen ein Tässchen frischen Tee. Danach Fahrt an die Südküste (ca. 5,5h). Sie kommen gerade rechtzeitig zum Sonnenuntergang am Meer an. Unterkunft in Talalla, Mahlzeiten: F, A.

Tag 11: Baden, Yoga, Barfuss geniessen

Genusstag – es ist herrlich und Sie haben Zeit für Yoga, eine wohltuende Massage oder einfach unter die Palmen zu sitzen und die Gegend zu geniessen. Unterkunft in Talalla, Mahlzeiten: F, A.

Tag 12: Die historische Altstadt von Galle (Unesco Weltkulturerbe)

Fahrt nach Galle. Besuch der Altstadt und Bummel durch die historische Kolonialstadt. Sie ist ein gelungener Mix aus europäischer und asiatischer Architektur, die vielen Geschäfte der Altstadt machen den Ort zu einem kleinen, aber feinen Shoppingparadies. Der arabische Einfluss ist gross, führten doch früher alle Handelsrouten von China über Galle nach Yemen oder Zanzibar. Direkt am Meer mit grandioser Aussicht geniessen Sie ein Gourmet Mittagessen in Galle, bevor es dann am Nachmittag zurück nach Colombo und zum Flughafen geht. Abends Rückflug nach Zürich. Mahlzeiten: F, M.

Tag 13: Ankunft in Zürich am Morgen.

Programmänderungen bleiben ausdrücklich vorbehalten.



Ihre Hotels

Ort	Hotel	Kategorie
Colombo	Galle Face Hotel	****
Negombo	Jetwing Lagoon	****
Anuradhapura	Forest Rock Gardens	***
Habarana	Habarana Village by Cinnamon	****
Kandy	Amaya Hills	****
Nuwara Eliya	Blackpool Hotel	****
Talalla	Talalla Retreat	***

Änderungen der Hotels bleiben vorbehalten.

Preise und Leistungen 2019 / 2020

Daten	Preis pro Person im DZ	Einzelzimmerzuschlag
14.07. – 26.07.2020	CHF 3'950	CHF 910
15.11. – 27.11.2020	CHF 3'890	CHF 960
14.02. – 26.02.2021	CHF 3'950	CHF 910
Gruppengrösse:	10-13 Personen	

Inklusiv: Bon Voyage Apéro, Linienflüge Zürich-Doha-Colombo-Doha-Zürich in Eco Class inkl. Taxen mit Qatar Airways, Unterkunft, Mahlzeiten wie erwähnt (F=Frühstück, M=Mittagessen, A=Abendessen), Englischsprachige Reiseleiterin in Sri Lanka, alle Besichtigungen und Begegnungen wie beschrieben inkl. Eintritte, Unterkunft in 4*-Hotels und Boutiquehotels, Überlandfahrten im klimatisierten (Mini-)Bus, Zugsfahrt, Meditation, Yoga, Reisedokumentation, inkl. Reiseführer.

Exklusiv: ETA Einreisegenehmigung, pers. Ausgaben, nicht inbegriffene Mahlzeiten und fakultative Aktivitäten, Annullierungs- und SOS-Schutzversicherung ab CHF 123 (Jahresversicherung), Zuschlag Flüge Business-Class, Servicepauschale.

Bemerkungen: Es gelten die allgemeinen Reisebedingungen von Women Travel. Preis- und Programmänderungen bleiben vorbehalten, insbesondere Flugpreis-, Wechselkurs- und Taxenerhöhungen.

Gut zu wissen

- Klima: Gut: Winterhalbjahr, im Sommer ist an einzelnen Orten mit Regenschauern zu rechnen.
- Einreise: Gültiger Reisepass, (6 Monate über die Rückreise hinaus gültig) und ETA, das wir für Sie einholen werden.
- Sicherheit/Gesundheit: www.eda.admin.ch / www.safetravel.ch
- Programme, Fotos, Reisekonzept © Women Travel
- Winterthur, 10/2019
- 19_20_SRI