

## Reiseplanung

Die Reiseregion im Überblick .....	8
Die schönsten Touren.....	10
Höhepunkte Balis in einer Woche.....	10
Südbali (Badeorte) › Ubud › Mengwi/Pura Taman Ayun › Bedugul/Bratan-See › Lovina › Kintamani/Gunung Batur › Pura Besakih › Südbali (Badeorte)	
Bali und Lombok in 2 Wochen.....	12
Südbali (Badeorte) › Ubud › Lovina › Gunung Batur › Pura Besakih › Candi Dasa › Sanur › Denpasar › Senggigi (Lombok)	
Touren in der Region – Übersicht.....	13
Klima und Reisezeit.....	14
Anreise.....	15
Reisen auf Bali und Lombok .....	16
<b>Special</b> Kinder	
»Mit Kindern unterwegs« .....	18
Sport und Aktivitäten .....	20
Unterkunft .....	23
<b>Special</b> Kultur aktiv	
»Legong, Opfergaben und Nasi Goreng«.....	24

## Land & Leute

Steckbrief Bali.....	28
Lage    Sprache    Politik    Wirtschaft	
Geschichte im Überblick .....	30
Natur und Umwelt.....	31
Die Menschen .....	33
Religion.....	34
Kunst, Kultur und Kunsthandwerk .....	37
Architektur    Steinmetzkunst    Holzschnit- zerei    Schmiedekunst    Stoffkunst    Malerei    Wayang Kulit    Gamelanmusik	
<b>Special</b> Tanzdramen	
»Die Vielfalt balinesischer Tanzdramen«.....	38
Feste und Veranstaltungen.....	45
Essen und Trinken .....	47

# Unterwegs in Bali und Lombok

## **Südbali**..... 52

Wer auf Bali vor allem Baden und Strandvergnügen sucht, ist in Südbali goldrichtig. Von hier aus kann man fast alle Highlights der Insel in Tagestouren erkunden.

### **Zur Orientierung**..... 53

### **Touren in der Region**..... 53

### **Unterwegs in Südbali**..... 57

Sanur ][ Kuta und Legian ][ Seminyak/  
Kerobokan ][ Jimbaran ][ Surferstrände ][ Pura  
Ulu Watu ][ Nusa Dua ][ Tanjung Benoa ][ Nusa  
Penida und Nusa Lembongan ][ Denpasar ][  
Tanah Lot ][ Straße der Kunsthandwerker  
(Batubulan, Celuk, Sukawati, Mas)

## **Zentralbali**..... 73

Ubud und seine grüne Umgebung bilden das kulturelle Herz Balis. Malerei, Tanz und Musik sind hier zu Hause – und viele alte Heiligtümer. Und nirgendwo auf der Insel werden so häufig Tempel- und andere traditionelle Feste gefeiert wie in Zentralbali.

### **Zur Orientierung**..... 74

### **Touren in der Region**..... 74

### **Unterwegs in Ubud und Umgebung**..... 76

Ubud ][ Petulu ][ Botanischer Garten

### **Special Wellness**

»Wellness für Körper und Seele«..... 86

### **Unterwegs in Zentralbali**..... 89

Goa Gajah ][ Yeh Pulu ][ Gunung Kawi ][ Pura  
Tirtha Empul ][ Tegalalang ][ Pura Gunung  
Kawi ][ Affenwald von Sangeh ][ Pura Taman  
Ayun ][ Pura Luhur Batukaru ][ Reisterassen  
von Jatiluwih

## **Nordbali**..... 95

Die Nordküste mit ihren schwarzen Sandstränden und ihr ruhiger Badeort Lovina bieten Besuchern Entspannung pur und vielfältige Landschaften für Touren, sei es zum Batur-Vulkan, zu den drei Bergseen bei Bedugul oder zur Insel Menjangan.

**Zur Orientierung** ..... 96

**Touren in der Region** ..... 97

**Unterwegs in Nordbali** ..... 99

Lovina ][ Singaraja ][ Pura Jagaraga ][ Pura Meduwe Karang ][ Rund um den Gunung Batur ][ Bedugul und Bratan-See ][ Gitgit-Wasserfall ][ Munduk ][ Pupuan ][ Brahma Vihara ][ Pemuteran ][ Ausflug zum Tempel Pura Pulaki ][ Pulau Menjangan

## **Ostbali**..... 109

Der Götterberg Agung dominiert den Inselosten. An seinen fruchtbaren Hängen liegt der Haupttempel Besakih, und Reisterrassen reichen bis fast an die Küste zum Badeort Candi Dasa.

**Zur Orientierung** ..... 110

**Touren in der Region** ..... 110

**Unterwegs in Ostbali** ..... 113

Candi Dasa ][ Ausflug nach Tenganan ][ Padang Bai ][ Goa Lawah ][ Klungkung ][ Pura Besakih ][ Ujung und Tirthagangga ][ Die Badeorte an der Ostküste (Amed, Lipah, Tulamben, Sambirenteng, Tejakula)

## **Lombok**..... 123

Fast unberührte Traumstrände und grandiose Natur am 3726 m hohen Rinjani-Vulkan laden zum Faulenzen oder Wandern ein.

**Zur Orientierung** ..... 124

**Touren in der Region** ..... 125

**Unterwegs auf Lombok** ..... 127

Rund um Mataram ][ Senggigi und Mangsit ][ Die Gilis ][ Kuta und Tanjun Aan ][ Sukarara und Penujak ][ Rambitan und Sade ][ Tetebatu und der Rinjani-Nationalpark

<b>Infos von A–Z</b> .....	<b>136</b>
<b>Register</b> .....	<b>141</b>
<b>Mini-Dolmetscher</b> .....	<b>144</b>
<b>Das System der Polyglott-Sterne</b> .....	<b>1</b>



Die spektakulärsten Aussichtspunkte .....	16
Die schönsten Hotels unter 50 €.....	22
Die attraktivsten Spa-Hotels .....	23
Die interessantesten Feste und Festivals.....	45
Leckere Küche und tolles Ambiente.....	49
Die besten Nightspots.....	60
Die schönsten Strände .....	62

## Karten

Süd- und Zentralbali.....	55
Ubud und Umgebung.....	77
Nordbali.....	96
Ostbali.....	111
Lombok.....	126
Übersichtskarte.....	Umschlag hinten