

| | |
|---------------------------------------|---|
| Liste des cartes | 2 |
| Achevé d'imprimé / Légende cartes / | |
| Responsabilité de l'éditeur | 4 |

1 HISTOIRE ET CULTURE

| | |
|--|----|
| Sites incontournables / Invitation au voyage | 12 |
| Aperçu historique | 14 |
| Géographie | 17 |
| Histoire | 25 |
| Religion | 41 |

2 LE CENTRE DE LA CÔTE OUEST

| | |
|--|-------|
| Colombo | 51 |
| Mount Lavinia – Kalutara North | 58 |
| Kotte | 59 |
| Sitavaka | 62 |
| Kelaniya | 63 |
| Negombo | 66 |
| Dambadeniya | 72 |
| FICHE PRATIQUE : restaurants, curiosités | 75-77 |

3 LA CÔTE SUD-OUEST

| | |
|--|-------|
| Kalutara | 81 |
| Beruwala | 83 |
| Bentota | 85 |
| Ambalangoda | 87 |
| Hikkaduva | 89 |
| Galle | 90 |
| FICHE PRATIQUE : restaurants, curiosités | 93-95 |

4 LA CÔTE SUD

| | |
|--|-----|
| Unawatuna /Weligama | 99 |
| Matara | 100 |
| Dondra | 101 |
| Tangalle | 103 |
| FICHE PRATIQUE : restaurants, curiosités | 105 |

5 LE SUD-EST

| | |
|--|-----|
| Hambantota | 109 |
| Bundala National Park | 111 |
| Yala National Park | 112 |
| Tissamaharama | 116 |
| Kataragama | 117 |
| FICHE PRATIQUE : restaurants, curiosités | 119 |

6 KANDY

| | |
|---|----------------|
| De Colombo à Kandy | 123 |
| Le royaume de Kandy | 125 |
| Kandy | 126 |
| Le Mahaweli Ganga | 132 |
| Matale | 135 |
| Kurunegala | 136 |
| <i>FICHE PRATIQUE : restaurants, curiosités</i> | <i>136-137</i> |

7 LES MONTAGNES

| | |
|---|----------------|
| Les montagnes | 141 |
| Adam's Peak | 143 |
| Les Horton Plains | 145 |
| Nuwara Eliya | 148 |
| Kotmale | 151 |
| Badulla | 152 |
| <i>FICHE PRATIQUE : restaurants, curiosités</i> | <i>154-155</i> |

8 RATNAPURA

| | |
|---|------------|
| Ratnapura | 159 |
| Sinharaja Forest | 160 |
| Uda Walawe National Park | 163 |
| Samanalawewa | 164 |
| <i>FICHE PRATIQUE : restaurants, curiosités</i> | <i>165</i> |

9 LE RAJARATA

| | |
|---|----------------|
| Le Rajarata / Mihintale | 169 |
| Anuradhapura | 175 |
| Aukana | 186 |
| Yapahuva | 188 |
| Sigiriya | 189 |
| Dambulla | 191 |
| Polonnaruwa | 193 |
| <i>FICHE PRATIQUE : restaurants, curiosités</i> | <i>200-201</i> |

10 L'EST

| | |
|---|----------------|
| Buttala | 205 |
| Lahugala | 207 |
| Pottuvil | 208 |
| Arugam Bay | 208 |
| Gai Oya National Park | 210 |
| Batticaloa | 211 |
| Trincomalee | 213 |
| <i>FICHE PRATIQUE : restaurants, curiosités</i> | <i>216-217</i> |

11 LE NORD TAMOUL

| | |
|---|------------|
| Vavuniya | 221 |
| Padawiya | 221 |
| Kokkilai / Chundikkulam | 222 |
| Mantai / Mannar | 223 |
| La péninsule de Jaffna | 224 |
| Jaffna | 227 |
| <i>FICHE PRATIQUE : restaurants, curiosités</i> | <i>229</i> |

12 THÈMES

| | |
|--|-----|
| Du thé pour le monde | 232 |
| Cannelle, cardamome et curry | 234 |
| Ayurvéda | 236 |
| Petites annonces matrimoniales | 238 |

13 GUIDE PRATIQUE

| | |
|---|------------|
| Préparation du voyage | 240 |
| Formalités / Visa / Devises | 240 |
| Précautions sanitaires | 241 |
| Climat / Saison conseillée / Vêtements | 241 |
| Le Sri Lanka en chiffres | 242 |
| Se rendre au Sri Lanka | 242 |
| En avion | 242 |
| En bateau | 242 |
| Se déplacer au Sri Lanka | 243 |
| Avions / Trains / Bus / Tuk-tuk | 243 |
| Taxis / Voitures de location, motos | 244 |
| Réseau routier / Zones interdites | 244 |
| Répercussions du tsunami | 245 |
| Conseils pratiques | 245 |
| Alcool / Alimentation | 245 |
| Ayurvéda / Boissons | 245 |
| Coût de la vie / Électricité | 246 |
| Femmes voyageant seules | 246 |
| Fêtes, jours fériés et pèlerinages | 246 |
| Horaires / Mendicité | 247 |
| Pourboires / Prendre des photos | 247 |
| Savoir-vivre / Shopping / Tarifs des visites | 248 |
| Téléphone / Urgences | 248 |
| Vacances actives / Vols | 249 |
| Adresses utiles | 249 |
| Ambassades du Sri Lanka / Offices de tourisme | 249 |
| Lexique | 250 |
| Auteurs | 251 |
| Crédits photographiques | 251 |
| Index | 252 |