

Lijst van kaarten	2
Colofon / Legenda / Voorbehoud	4

1 LAND EN VOLK

Hoogtepunten / Sfeerbeeld	12-13
Historisch overzicht	14
Geografie	17
Geschiedenis	25
Religie	41

2 CENTRALE WESTKUST

Colombo	51
Mount Lavinia - Galapatha	58
Kotte	59
Sitavaka	62
Kelaniya	63
Negombo	66
Dambadeniya	72
WEGWIJZER: Restaurants, bezienswaardigheden	75-77

3 DE ZUIDWESTKUST

Kalutara	81
Beruwela	83
Bentota	85
Ambalangoda	87
Hikkaduwa	89
Galle	90
WEGWIJZER: Restaurants, bezienswaardigheden	93-95

4 HET ZUIDEN

Unawatuna	99
Weligama	99
Matara	100
Dondra	101
Tangalle	103
WEGWIJZER: Restaurants, bezienswaardigheden	105

5 HET ZUIDOOSTEN

Hambantota	109
Nationaal park Bundala	111
Nationaal park Yala	112
Tissamaharama	116
Kataragama	117
WEGWIJZER: Restaurants, bezienswaardigheden	119

7 KANDY

Van Colombo naar Kandy	123
Het koninkrijk Kandy	124
Kandy	126
De Mahaweli Ganga	132
Matale	135
Kurunegala	136
WEGWIJZER: Restaurants, bezienswaardigheden	136-137

8 IN HET BERGLAND

Veranderingen in het bergland	141
Adam's Peak	143
Horton Plains	145
Nuwara Eliya	148
Kotmale	151
Badulla	152
WEGWIJZER: Restaurants, bezienswaardigheden	154-155

9 RATNAPURA

Ratnapura	159
Sinharaja Forest	160
Nationaal park Uda Walawe	163
Samanalawewa	164
WEGWIJZER: Restaurants, bezienswaardigheden	165

10 RAJARATA

Rajarata / Mihintale	169
Anuradhapura	175
Aukana	186
Yapahuwa	188
Sigiriya	189
Dambulla	191
Polonnaruwa	193
WEGWIJZER: Restaurants, bezienswaardigheden	200-201

11 HET OOSTEN

Buttala	205
Lahugala	207
Pottuvil	208
Arugam Bay	209
Nationaal park Gal Oya	210
Batticaloa	211
Trincomalee	213
WEGWIJZER: Restaurants, bezienswaardigheden	216-217

11 HET NOORDEN VAN DE TAMILS

Vavuniya	221
Padawiya	221
Kokkilai / Chundikkulam	222
Mantai / Mannar	223
Schiereiland Jaffna	224
Jaffna	227
WEGWIJZER: Restaurants, bezienswaardigheden	229

12 THEMA'S

Thee voor de wereld	232
Kaneel, kardemom en curry	234
Ayurveda	236
Huwelijksadvertenties	238

13 PRAKTISCHE TIPS

Vorbereidingen	240
Aankomst en vertrek / Visum	240
Geld / Gezondheid	240
Klimaat en reistijd / Kleding	241
Sri Lanka: de cijfers	242
Reizen naar Sri Lanka	242
Met het vliegtuig	242
Met de boot	242
Reizen in Sri Lanka	243
Met het vliegtuig / de trein / de bus	243
Riksjas	243
Met de taxi / Huurauto's en motoren	244
Het weggennet / Afgesloten zones / veiligheid	244
Gevolgen van de tsunami	244
Praktische Tips	245
Actieve vakantie / Alcoholische dranken	245
Alleenreizende vrouwen / Ayurveda	245
Bedelen	246
Diefstal / Drinken / Elektriciteit	246
Entree / Eten	246
Feestdagen, feesten, bedevaartsoorden / Fooi	247
Fotografen / Gedragsregels / Noodgevallen	248
Openingstijden / Prijsniveau / Runners	248
Telefoneren en internet / Winkelen	249
Adressen	249
Ambassades en consulaten in Colombo	249
Bureaus voor vreemdelingenverkeer	249
Taalgids	249
Auteurs	251
Fotografen	251
Register	252