

REISEMAGAZIN

Inspiration Sri Lanka	6
Für Sie ausgewählt	8

HINTERGRUND

Viele Namen, eine Insel	25
Perle im Ozean, Träne im Meer	27

Geschichte

Geschichte im Überblick	32
Zivilisation mit großer Vergangenheit	35
Spielball der Kolonialmächte	43
◊ Thema: Robert Knox	48
Die Unabhängigkeit	57
◊ Thema: Tsunami	64

Die Menschen

Insel mit vielen Gesichtern	69
Sri Lanka heute	82

Religion und Kultur

Religion	87
Im Bild Tempel und Opfer	98
Bunte Feste	100
Tanz und Musik	104
Kunst und Architektur	109
◊ Thema: Buddhistische Mudras	112
Im Bild Die Kunst der Wandmalerei	118
Nicht nur Reis und Curry	123
Kunsthandwerk	129

Natur

Sri Lankas Tierwelt	135
---------------------------	-----

KARTEN

Sri Lanka	150
Übersicht ____ Klappe vorne	
Colombo	152
Übersicht ____ Klappe hinten	
Sri Lanka	150
Colombo	152
Küste von Colombo	166
Nordwestküste	172
Südwestküste	176
Galle	184
Südküste	188
Kandy	196
Hochland	210
Kulturelles Dreieck	228
Anuradhapura	238
Polonnaruwa	252
Sigiriya	262
Ostküste	274

UNTERWEGS

Sri Lanka erkunden

Kreuz und quer durch Sri Lanka 149

Colombo 155

Fort – Lighthouse Clock Tower – Janadhipathi Mandiraya – Grand Oriental Hotel – Pettah – Dutch Period Museum – Moschee Jami-ul-Alfar – Wolvendaal Kerk – Kathiresan Kovil – St. Anthony – St. Lucia – Galle Face Green – Galle Face Hotel – Slave Island – Seema Malaka – Gangaramaya – Viharamahadevi Park – Moschee Devatagaha – National Museum – Cinnamon Gardens – Galle Road – Kollupitiya – Bambalapitiya – Dehiwala Zoo – Mount Lavinia – Kelanyia – Kotte

Die Westküste 171

Negombo – Muthurajawela – Waikkal – Marawila – Chilaw – Uddapuwā – Kalutara – Beruwala – Aluthgama – Bentota – Lunuganga – Induruwa – Kosgoda – Balapitiya – Ambalangoda – Hikkaduwa – Dodanduwa

Die Südküste 183

Galle – Unawatuna – Koggala – Weligama – Mirissa – Matara – Dondra – Wewurukannala Vihara – Hoo-amanyia Blowhole – Tangalle – Mulgirigalla – Hambantota – Bundala-Nationalpark – Tissamaharama – Yala-Nationalpark – Kataragama

Kandy und Umgebung 195

Cadjugama – Dedigama – Kandy – Botanischer Garten Peradeniya – Elefantenwaisenhaus Pinnawela – Millennium Elephant Foundation – Gadaladeniya Vihara – Lankatilake Vihara – Kataragama Devale – Degaldoruwa Vihara – Hunnasgiriya – Mahiyangana

◊ Thema: Die Zahnreliquie 200

Im Bild Elefanten – sanfte Giganten 206

Das Hochland	209
Pusselawa – Ramboda Falls – Hanguranketa – Nuwara Eliya – Botanischer Garten Hakgala – Adam's Peak – Kitulgala – Horton Plains National Park – Haputale – Bandarawela – Ella – Buduruwagala – Rat- napura – Sinharaja – Uda Walawe National Park	
◇ Thema: Tee – Arbeit und Genuss	216

Das Kulturelle Dreieck	227
Habarana – Aluvihara – Ridigama – Arankele – Yapahuwa – Kurunegala – Nalanda Gedige – Höhlentempel von Dambulla – Buddha von Aukana – Buddha von Sasseruwa – Ritigala	
Anuradhapura	237
Mihintale	246
Polonnaruwa	251
Sigiriya	261
Im Bild Ayurveda	268

Die Ostküste	273
Trincomalee – Uppuveli – Nilaveli – Batticaloa – Arugam Bay – Okanda – Lahugala National Park – Magul Maha Vihara – Maligawila	

Jaffna und der Norden	281
Vavuniya – Insel Mannar – Madhu – Jaffna – Jaffna-Halbinsel – Kayts – Karaitivu – Punkudutivu – Nainativu – Delft	

REISESERVICE

Übersicht Reiseservice	289
Mini-Dolmetscher	314
Register	315
Bildnachweis	320