

Inhalt

Highlights	2
Reiseziele und Routen	23
Klima und Reisezeit	32
Reisekosten	34
Sicherheit	67
Sport und Aktivitäten	69
Special: Ayurveda – altes Wissen, neues Leben	71
Telefon	77
Transport	77
Übernachtung	83
Unterhaltung	85
Verhaltenstipps	86
Versicherungen	89
Visa	91
Zeit und Kalender	92
Zoll	92

| Traveltipps von A bis Z 35

Anreise	36
Botschaften und Konsulate	39
Einkaufen	40
Essen und Trinken	41
Feste und Feiertage	46
Fotografieren	50
Frauen unterwegs	50
Geld	51
Gepäck und Ausrüstung	54
Gesundheit	57
Informationen	59
Internet und E-Mail	61
Kinder	61
Maße und Elektrizität	62
Medien	63
Meditation	64
Öffnungszeiten	65
Post	66
Reisende mit Behinderungen	66
Reiseveranstalter	67

| Land und Leute 93

Land und Geografie	94
Flora und Fauna	95
Umwelt und Naturschutz	99
Bevölkerung	102
Geschichte	107
Regierung und Politik	121
Wirtschaft	123
Religion	124
Religiöse Kunst und Architektur	132
Literatur, Theater, Kunsthandwerk und Film	137

Nilaveli	452
Tiriyai	454
Maduru Oya-Nationalpark	454
Kalkudah und Passekudah	455
Batticaloa	457
Ampara	463
Gal Oya-Nationalpark	464
Monaragala und Umgebung	465
Lahugala Kitulana-Nationalpark	468
Pottuvil	469
Arugam Bay	469
Die Umgebung von Arugam Bay	479
Yala East-Nationalpark (Kumana)	480

 Anhang	499
Sprachführer	500
Glossar	504
Reisemedizin zum Nachschlagen	506
Bücher	511
Index	514
Mitarbeiter dieser Auflage	538
Bildnachweis	538
Impressum	539
Kartenverzeichnis	540

 Der Norden	481
Madhu	483
Insel Mannar	484
Vavuniya	485
Jaffna	486
Jaffna-Halbinsel	495
Die Inseln	496

 Reiseatlas	541
---------------------------	------------