

- 4 **DIE BESTEN INSIDER-TIPPS**
- 6 **BEST OF ...**
- TOLLE ORTE ZUM NULLTARIF S. 6
 - TYPISCH SRI LANKA S. 7
 - SCHÖN, AUCH WENN ES REGNET S. 8
 - ENTSPANNT ZURÜCKLEHNEN S. 9

- 10 **AUFTAKT**
- 16 **IM TREND**
- 18 **STICHWORTE**
- 24 **ESSEN & TRINKEN**
- 28 **EINKAUFEN**
- 30 **DIE PERFEKTE ROUTE**

32 DIE WESTKÜSTE
COLOMBO, NEGOMBO

46 DER SÜDEN
BENTOTA/BERUWALA, GALLE, HAMBANTOTA, HIKKADUWA, MATARA

58 AYURVEDA

60 DAS BERGLAND
ELLA, KANDY, NUWARA ELIYA, RATNAPURA

DAS KULTURDREIECK **74**
ANURADHAPURA, DAMBULLA,
HABARANA, POLONNARUWA, SIGIRIYA

DIE OSTKÜSTE **88**
ARUGAM BAY/POTTUVIL,
BATTICALOA, TRINCOMALEE

DER NORDEN **96**
JAFFNA

-
- AUSFLÜGE & TOUREN** 100
- SPORT & AKTIVITÄTEN** 106
- MIT KINDERN UNTERWEGS** 110
- EVENTS, FESTE & MEHR** 112
- ICH WAR SCHON DA!** 114
- LINKS, BLOGS, APPS & MORE** 116
- PRAKTISCHE HINWEISE** 118
- SPRACHFÜHRER** 124
- REISEATLAS** 128
- REGISTER & IMPRESSUM** 146
- BLOSS NICHT!** 148