

SRI LANKA ENTDECKEN **4**

Mein Sri Lanka	6
MERIAN TopTen	10
MERIAN Momente	12
Neu entdeckt	16

SRI LANKA ERLEBEN **20**

Übernachten	22
Essen und Trinken	26
Im Fokus – Die Heimat des Ceylontees	30
Grüner reisen	34
Einkaufen	40
Sport und Strände	44
Feste feiern	50
Mit allen Sinnen	54
Im Fokus – Ayurveda	58

SRI LANKA ERKUNDEN 62

Colombo und die Westküste	64
Galle und die Südküste	80
Im Fokus – Unruhige Zeiten im Paradies	100
Kandy und das Hochland	104
Kulturdreieck/Königsstädte	120
Im Fokus – Buddhas reine Lehre	136
Jaffna-Halbinsel und die Ostküste	140

TOUREN AUF SRI LANKA 154

Höhepunkte Sri Lankas – Kultur und Natur	156
Von Kandy ins Hochland – Auf den Spuren des Ceylontees	160
Königliche Spuren – Polonnaruwa mit dem Fahrrad erkunden	162
Horton Plains – Das »Ende der Welt« erwandern	163

SRI LANKA ERFASSEN 164

Auf einen Blick	166
Geschichte	168
Kulinarisches Lexikon	174
Service	176
Orts- und Sachregister	186
Impressum	191
Sri Lanka gestern & heute	192

KARTEN UND PLÄNE

Sri Lanka	Klappe vorne
Colombo	Klappe hinten
Galle	83
Kandy	107
Anuradhapura	123