

Unsere Highlights – Lieblings- orte auf Bali und Lombok	16	Die Strände der Inseln – Die besten Orte zum Schwimmen und Baden	20
Unterwegs mit Kindern – Bali, ein exotischer Spielplatz	18	Wellenreiten – Die besten Surf- Orte um Bali und Lombok	22

Bali & Lombok – Hintergründe und Kultur

Eine kurze Geschichte Balis	26	Allgegenwärtige Religion	48
Balis vielfältige Landschaften	35	Ein großer Gott in vielen Manifestationen	51
Flora und Fauna	36	Die Dorfgemeinschaft als Stütze des Einzelnen	55
Dämonen, Hexen und Prinzessinnen – die mythische Welt der Tänze auf Bali	40	Bali – ein sprachliches Labyrinth	57
Der Meister lässt die Puppen tanzen – das Wayang-Spiel	44	Was Leib und Seele zusam- menhält – Essen auf Bali	60
Das kosmische Ordnungssystem – das besondere Weltbild der Balinesen	46	Speisenlexikon	69

Bali & Lombok – Reisepraktisches von A bis Z

Anreise	78	Öffnungszeiten	108
Ärztliche Versorgung	81	Schwule und Lesben	109
Behinderung	82	Sicherheit	110
Diplomatische Vertretungen	83	Sport und Aktivitäten	113
Drogen	84	Angeln	113
Einkaufen	85	Baden	113
Einreisebestimmungen/Visa	89	Freizeitparks	113
Feiertage	91	Funsport	114
Fotografieren	94	Geocaching	114
Frauen allein unterwegs	95	Golf	114
Geld	96	Kajak	115
Gesundheit	97	Kitesurfen	115
Giftige Tiere	102	Kurse	115
Information im Internet	103	Radfahren/Mountainbiking	116
Kinder	103	Rafting	116
Klima und Reisezeit	104	Segeln	117
Medien	106	Surfen	117
Naturkatastrophen	107	Tagestouren/Ausflüge	117

Tauchen/Schnorcheln	118	Tourist-Shuttlebusse	129
Trekking/Wandern	120	Bemos	132
U-Boot	120	Taxis	132
Yoga und Meditation	121	Flughafen-Taxis	133
Strom	121	Ojek (Motorradtaxi)	134
Toiletten	121	Cidomo und Dokar (Pferdekutschen)	134
Trinkgeld	122	Boote	135
Übernachten	123	Mietfahrzeuge	138
Verhaltensregeln	127	Wellness/Spa	143
Verkehrsmittel auf Bali und Lombok	129	Zeit	144
Öffentliche Busse	129	Zoll	144

Bali – Die Reiseziele

146

Süd-Bali

Denpasar	148	Jimbaran	214
Sanur	160	Pura Luhur Uluwatu	219
Pulau Serangan (Turtle Island)	177	Garuda Wisnu Kencana Cultural Park	220
Küste bei Kuta, Legian und Seminyak	179	Surfstrände im Westen der Halbinsel	221
Kuta	185	Balangan	222
Legian	196	Bingin Beach	226
Seminyak	203	Weiter Richtung Subulan Point/Uluwatu	227
Strände nördlich von Seminyak	210	Nusa Dua und Tanjung Benoa	229
Pura Tanah Lot	212	Strände um Nusa Dua und Tanjung Benoa	230
Bukit Badung	214		

Zentral-Bali

Auf dem Weg nach Ubud	236	Teges	241
Tierparks bei Singapadu	236	Ubud	242
Kunsthandwerksroute über Batubulan nach Teges	238	Sehenswertes in Ubud	244
Batubulan	240	Nördlich von Ubud	269
Celuk	240	Naturschauspiel in Petulu	269
Sukawati	240	Reisterrassen bei Tegallalang	272
Batuan	241	Königsgräber von Gunung Kawi	272
Mas	241		

Quellheiligtum		Von Sukawati über Gianyar	
Pura Tirta Empul	273	nach Bangli	280
Taro	274	Air Terjun Tegenungan	280
Keliki	275	Blahbatuh	280
Östlich von Ubud	276	Kutri	281
Goa Gajah (Elefantenhöhle)	276	Gianyar	281
Felsenrelief Yeh Pulu	277	Sidan	283
Bedulu und Pejeng	278	Bangli	284
Ost-Bali			286
Semarapura (Klungkung)	286	Pantai Pasir Putih	318
Umgebung von Semarapura	290	Amlapura	319
Von Semarapura		Puri Taman Ujung	321
Richtung Norden	293	Von Amlapura Richtung Norden	321
Über die Sidemen Road		Tirtagangga	321
nach Rendang	293	Pura Luhur Lempuyang	323
Pura Besakih	296	Amed	324
Gunung Agung	298	Tulamben	331
Die Küste ab Padang Bai	300	Die vorgelagerten Inseln	335
Padang Bai	300	Nusa Lembongan	335
Strände um Padang Bai	307	Nusa Ceningan	345
Candi Dasa	309	Nusa Penida	347
Tenganan	317		
Nord-Bali			354
Singaraja	354	Die Seen im nördlichen Inland	376
Lovina	359	Danau Bratan	376
Ausflüge von Singaraja		Candi Kuning	377
und Lovina	368	Bedugul	378
Air Terjun Git Git	368	Danau Buyan und Danau	
Air Terjun Sing Sing	368	Tamblingan	382
Buddhistenkloster und heiße		Munduk	383
Quellen bei Banjar	369	Gunung Batur mit Danau Batur	386
Tempel bei Sangsit	370	Kintamani und Batur	387
Jagaraga	370	Penelokan	388
Sawan	372	Kedisan	389
Tempel bei Kubutambahan	372	Toya Bungkah	389
Air Sanih	372	Pura Ulun Danu Batur	389
Art Zoo	374	Terunyan	389
Pura Ponjok Batu	374	Besteigung des Gunung Batur	393
Von Tejakula bis Tembok	374		

West-Bali		396	
Pemuteran	396	Mengwi	416
Taman Nasional Bali Barat	407	Alas Kedaton (Affenwald)	417
Pulau Menjangan	408	Marga	417
Gilimanuk	410	Pura Yeh Gangga	418
Negara	410	Von Tabanan zum Gunung Batukaru	418
Strände zwischen Negara und Soka	412	Pura Luhur Batu Karu	418
Pantai Rening	412	Yeh Panas	419
Pantai Medewi	413	Jati Luwih	419
Tabanan	414	Schmetterlingspark	
Westlich von Tabanan	415	Taman Kupu Kupu	421
Kerambitan	415	Östlich von Tabanan	422
Yeh Gangga Beach	415	Kapal	422
Von Tabanan Richtung Bergseen	416	Affenwald von Sangeh	422
		Balian	423

Lombok – Die Reiseziele		426	
Geschichte	432	Senaru	482
West-Lombok	434	Gunung Rinjani	487
Lembar	434	Das Sembalun-Tal	488
Batugendeng-Halbinsel	435	Tetebatu	490
Mataram, Ampenan und Cakranegara	438	Kotaraja	493
Senggigi	445	Ost-Lombok	494
Sire Beach	454	Nördlich von Labuhan Lombok	494
Die Gili-Inseln	455	Südlich von Labuhan Lombok	496
Gili Trawangan	460	Süd-Lombok	497
Gili Meno	470	Praya	497
Gili Air	474	Umgebung von Praya	498
Nord-Lombok	481	Kuta Lombok	499
Von Sire nach Norden	481	Strände westlich von Kuta	507
Wasserfälle bei Gangga	481	Strände östlich von Kuta	508
Bayan	482	Ekas-Halbinsel	511
Literatur		513	
Etwas Indonesisch		506	
Register		519	