

6	<b>INSIDER-TIPPS</b> Von allen Insider-Tipps finden Sie hier die 15 besten		
8	<b>BEST OF ...</b> <ul style="list-style-type: none"><li>● Tolle Orte zum Nulltarif</li><li>● Typisch Sri Lanka</li><li>● Schön, auch wenn es regnet</li><li>● Entspannt zurücklehnen</li></ul>		
12	<b>AUFTAKT</b> Entdecken Sie Sri Lanka!	32	<b>DIE WESTKÜSTE</b> 33 Colombo 43 Negombo
18	<b>IM TREND</b> In Sri Lanka gibt es viel Neues zu entdecken	46	<b>DER SÜDEN</b> 46 Bentota/Beruwala 50 Galle 53 Hambantota 55 Hikkaduwa 56 Matara
20	<b>FAKten, MENSCHEN &amp; NEWS</b> Hintergrundinformationen zu Sri Lanka		
26	<b>ESSEN &amp; TRINKEN</b> Das Wichtigste zu allen kulinarischen Themen		
30	<b>EINKAUFEN</b> Shoppingspaß und Bummelfreuden	58	<b>AYURVEDA</b>
		60	<b>DAS BERGLAND</b> 60 Ella 63 Kandy 70 Nuwara Eliya 72 Ratnapura

74	<b>DAS KULTURDREIECK</b> 75 Anuradhapura 81 Dambulla 82 Habarana 83 Polonnaruwa 87 Sigiriya	116	<b>MIT KINDERN UNTERWEGS</b> Die besten Ideen für Kinder
88	<b>DIE OSTKÜSTE</b> 88 Arugam Bay/Pottuvil 92 Batticaloa 93 Trincomalee	118	<b>EVENTS, FESTE &amp; MEHR</b> Alle Termine auf einen Blick
96	<b>DER NORDEN</b> 96 Jaffna	120	<b>LINKS, BLOGS, APPS &amp; CO.</b> Zur Vorbereitung und vor Ort
		122	<b>PRAKTISCHE HINWEISE</b> Von A bis Z
		128	<b>SPRACHFÜHRER</b>
		132	<b>REISEATLAS</b>
100	<b>ERLEBNISTOUREN</b> 100 Sri Lanka perfekt im Überblick 104 Tempeltour um Kandy 106 Bahnfahrt in die Berge 109 Unterwegs im Norden	150	<b>REGISTER &amp; IMPRESSUM</b>
112	<b>SPORT &amp; WELLNESS</b> Aktivitäten und Verwöhnpro- gramme zu jeder Jahreszeit	152	<b>BLOSS NICHT!</b>