

Sri Lanka

L'isola di smeraldo

Itinerario di 15 giorni



Partenze garantite tutto l'anno per un minimo di 2 viaggiatori.

Il viaggio potrebbe poi essere "aperto" ad altri partecipanti, per viaggiare in compagnia e ridurre i costi!

Il Calendario delle partenze già confermate e dei gruppi in formazione è disponibile sul sito www.planetviaggi.it

In particolare, questo viaggio prevede:

- la presenza di un autista parlante inglese o italiano se disponibile
- Visita al centro di Ahungalle per la conservazione delle tartarughe marine
- Tour guidato al Giardino delle Spezie ed erbe di Matala
- Visita ad un villaggio rurale di Palutawa
- Tour in bici tra le risaie
- Visita all'antica capitale di Anuradhapura

Perché scegliere Planet Viaggi Responsabili

Un viaggio di turismo responsabile si basa su principi di equità economica, tolleranza, rispetto, conoscenza e incontro.

Porta a visitare le bellezze naturali, storiche e artistiche del paese visitato, unendo al viaggio incontri con gli abitanti delle località visitate, rendendo il viaggio un'imperdibile occasione di conoscenza, di approccio ad altre tradizioni, usi e costumi, in un'ottica di scambio culturale.

Un viaggio responsabile si prefigge come obiettivo primario il sostegno delle economie dei paesi visitati, per ottenere ciò si utilizzano, per quanto possibile, servizi offerti da operatori locali selezionati, questo fa sì che la maggior parte dei proventi turistici rimanga sul posto.

Le comunità visitate sono protagoniste nella gestione del viaggio o di una parte di esso, nonché dirette beneficiarie dei risultati economici che ne derivano.

Proposta di viaggio di 15 giorni, in breve

- 1° giorno: Italia - Colombo
- 2° giorno: Galle
- 3° giorno: Sinharaja
- 4° giorno: Udawalawe
- 5° giorno: Ella
- 6° giorno: Kandy
- 7° giorno: Sigiriya
- 8° giorno: Sigiriya
- 9° giorno: Sigiriya
- 10° giorno: Trincomalee
- 11° - 12° giorno: Trincomalee beach
- 13° giorno: Anuradhapura
- 14° giorno: Negombo
- 15° giorno: rientro in Italia



"Venerabile isola che risplende", questo è il nome che il suo popolo gli ha dato nel 1972, dopo essere stata chiamata con vari nomi, attribuitagli da altri popoli: Taprobane gli antichi greci; Serendib gli arabi (da cui il termine "serendipità"); Ceilão i portoghesi; Ceylon gli inglesi.

E davvero risplende questa terra, grazie al verde che la ricopre, alle onde dell'oceano, alle candide stupe buddiste, ai colorati sari delle donne, ai variopinti templi induisti...

Un Paese che con forza e solidarietà è riemerso dopo 26 anni di guerra civile, dopo il tragico tsunami del 2004 e la grave crisi economica che nel 2022 lo ha portato a un'inflazione altissima e mancanza di bene essenziali.

E' riemerso anche grazie ai numerosi viaggiatori che ogni anno arrivano per conoscerne la storia antica e recente, per ammirare la sua straordinaria natura, per godere della cordiale ospitalità del suo popolo. Ma è riemerso soprattutto grazie al sostegno reciproco e alla generosa cooperazione che sono tra i suoi abitanti, guidati spesso dall'idea di fratellanza e aiuto del prossimo che deriva dalla filosofia buddista.

Nel nostro viaggio conosceremo entrambi gli aspetti dell'isola: turismo e solidarietà.

Infatti, oltre alle bellezze naturali, storiche e culturali dello Sri Lanka, visiteremo vari progetti locali per la salvaguardia e la protezione delle aree naturali, uno dei centri più importanti per la riproduzione delle tartarughe marine e per la reintroduzione in natura degli elefanti.

Oltre ai progetti di salvaguardia ambientale ci sono incontri con laboratori artigianali dove le abili mani di lavoratrici intraprendenti realizzano tessuti e oggetti con telai artigianali e progetti per creare opportunità lavorative.

"E' viaggiando che si trova la saggezza." (proverbio cingalese)

PROGRAMMA DI VIAGGIO

1° GIORNO: ITALIA – COLOMBO

Partenza con volo di linea con destinazione Colombo.

2° GIORNO: COLOMBO

Arrivo a Colombo, accoglienza all'aeroporto e trasferimento in hotel e Negombo per riprendersi dal viaggio.

3° GIORNO: NEGOMBO - AHUNGALLE - GALLE

Escursione al porto di "Lellama" dove i pescatori con i tipici catamarani (oruwa in srilankese) rientrano dal mare con il pescato fresco, scaricando tonnellate di gamberi, tonni e crostacei al mercato vicino al ponte Munnakare, tra laguna e Oceano Indiano.

Arrivo a Ahungalle, visita al centro di conservazione delle tartarughe marine. Lo Sri Lanka è circondato da bellissime spiagge sulle quali cinque delle sette specie di tartarughe al mondo: la verde, l'olivacea, la liuto, la ceretta e l'embricata, nidificano intorno alla costa sud-occidentale. I centri di incubazione conservano i piccoli in apposite vasche giganti per tre giorni; durante questo periodo i viaggiatori possono osservare da vicino queste piccole creature e, in occasioni speciali, anche rilasciarle nel mare.

Successivamente partenza in barca sul fiume Madu Ganga per raggiungere il piccolo villaggio di Balapitiya e incontrare i coltivatori di cannella che daranno una dimostrazione su come si estraggono la cannella e l'olio di cannella dalla corteccia. Durante la navigazione si possono avvistare moltissimi uccelli, anfibi e rettili che vivono sulle sponde popolate di mangrovie. Ci sono 64 isole lungo questo tratto di fiume, alcune delle quali sono abitate. Su un'isola si trova un grande tempio buddhista decorato con dipinti e statue. Arrivo a Galle, cena e pernottamento in hotel.

4° GIORNO: GALLE – SINHARAJA

Prima colazione in hotel. Partenza per la visita alla Sooriya Weaving Mills a Galle, Sri Lanka un'azienda tessile rinomata per i suoi tradizionali prodotti tessuti a mano, che includono sari vivaci, biancheria per la casa elegante e tessuti unici. L'azienda opera con un forte impegno nel commercio equo e solidale (fair trade), giocando un ruolo cruciale nel dare lavoro e sostenere numerose donne della comunità locale.

Si prosegue poi con la visita alla Fortezza olandese di Galle

La città vecchia e le sue fortificazioni sono diventate patrimonio dell'umanità Unesco. Galle è stata il principale porto dello Sri Lanka e ha un'influenza europea (portoghese e olandese), con molti edifici di epoca coloniale, tra cui la Chiesa riformata olandese - che comprende altri monumenti scolpiti e riccamente decorati - il faro e ville restaurate.

La giornata prosegue con un'autentica esperienza culinaria organizzata da una famiglia locale del sud dello Sri Lanka nella loro casa coloniale a Galle Gedara sotto la guida esperta di Malika e della sua famiglia, ogni partecipante dispone della propria postazione di cucina dove preparare piatti tradizionali come Coconut Roti, dahl di lenticchie, pol sambol e dolci tipici. L'esperienza include la possibilità di visitare il mercato locale per acquistare gli ingredienti freschi, e si conclude con un pranzo condiviso insieme alla famiglia, gustando anche frutta appena raccolta dal giardino. Arrivo a Sinharaja, cena e pernottamento in hotel.

5° GIORNO: SINHARANJA - UDAWALawe

Dopo la colazione partenza per un'esperienza unica nel cuore della natura selvaggia dello Sri Lanka con un trekking nella foresta pluviale di Sinharaja, patrimonio dell'UNESCO. Accompagnati da un esperto trekker locale, ci si immerge in un mondo di biodiversità straordinaria, alla scoperta di flora e fauna endemiche. Arrivo a Udawalawe, cena e pernottamento in hotel.

6° GIORNO: UDAWALawe - ELLA

Alla mattina presto, partenza per un jeep safari al parco Nazionale di Udawalwe. Il parco è caratterizzato da ampie praterie, boschi di acacia e il grande bacino artificiale di Udawalwe. Questa varietà di habitat offre rifugio a una ricca fauna selvatica.

Il parco è famoso per la sua numerosa popolazione di elefanti asiatici. Oltre agli elefanti, qui vivono anche bufali d'acqua, cervi maculati, cinghiali, coccodrilli, sciacalli e una grande varietà di uccelli. Il safari si svolge a bordo di jeep 4x4 aperte, che consentono una visuale eccellente della fauna selvatica. Lungo il tragitto di ritorno dal parco visita all'Elephant Transit Home detto anche "Elephant Orphanage" che ospita 40-50 cuccioli di elefanti salvati dopo che avevano persi i genitori. Quando compiono 5 anni vengono rilasciati nel parco.

Visita al Nine Arches Bridge, il ponte che venne costruito dai Britannici nel 1920

interamente con mattoni e cemento senza alcun elemento in acciaio. La curva che si disegna nella gola tra le piantagioni di tè e la foresta si può apprezzare dall'alto dal chiosco che vende succhi freschi e cocco per i viaggiatori. Arrivo a Ella, cena e pernottamento in hotel.

7° GIORNO: KANDY

Viaggio in treno panoramico con partenza da Ella fino alla stazione di Nanu Oya, il viaggio si svolge su vagoni con finestrini e porte completamente aperti. Quando il treno attraversa Haputhale il paesaggio cambia completamente rispetto a quanto visto fino ad ora sull'isola. Arrivati a Nau Oya si incontra l'autista per proseguire in direzione di Kandy, lungo il tragitto è prevista una visita guidata in una fabbrica di tè, ci sarà il tempo per gustare un'ottima tazza di tè accompagnata da una deliziosa torta al cioccolato con una spettacolare veduta delle piantagioni. Arrivo a Kandy, cena e pernottamento in hotel.

8° GIORNO: KANDY – DAMBULLA - SIGIRIYA

Dopo la colazione, visita al Tempio della Reliquia del Dente del Buddha (Dalada Maligawa), un luogo sacro per i buddisti. Costruito nel XVI secolo, ospita il Dente del Buddha, portato in Sri Lanka nel IV secolo. Il tempio, arricchito nel tempo, custodisce la reliquia sotto un baldacchino dorato.

In seguito, è previsto il tour guidato dei Giardini delle Spezie ed Erbe di Matale. Si esploreranno lussureggianti piantagioni con spezie biologiche ed erbe medicinali —cannella, cardamomo, pepe, chiodi di garofano, noce moscata, vaniglia, cacao, caffè, aloe vera, henné e irriweriya — ognuna con proprietà terapeutiche millenarie.

Partenza per Dambulla per la visita al tempio d'oro detto anche Tempio delle grotte di Dambulla. La città è tra le più importanti del triangolo culturale dell'isola. Le bellissime grotte affrescate, che ritraggono la vita di Buddha e le scene della storia dello Sri Lanka, sono uno degli otto siti del Paese patrimonio mondiale dell'Unesco. Arrivo a Sigiriya, cena e pernottamento in hotel.

9° GIORNO: SIGIRIYA – PALUTAWA

Prima colazione e visita alla Fortezza di Sigiriya, dichiarata patrimonio dell'Umanità dall'UNESCO nel 1982, l'antica cittadella di Sigiriya (Rocca del Leone) si trova sopra un'enorme roccia di granito alta 200 metri. La salita consente di avere una panoramica di tutta la valle circostante per chilometri. Secondo il Mahavamsa, poema epico del V secolo, il re Kassapa uccise suo padre, il re Datusena, nel 477 d.C per ereditare il trono. Temendo la vendetta del fratellastro Mogallana, Kassapa costruì una fortezza inespugnabile sulla cima della roccia nel (477-495). Durante il regno di Kassapa le pareti laterali della roccia erano coperte da 500 affreschi di apsaras (ninfe celesti), adesso ne sono rimasti solo 21 risalenti al V secolo.

Dopo la visita della fortezza, navigazione con catamarano per raggiungere un villaggio sulle rive del lago e visitare una famiglia presso la quale si pranzerà.

Dopo pranzo è prevista la salita alla roccia di Pidurangala per uno dei tramonti più belli dello Sri Lanka. Cena e pernottamento in hotel.

10° GIORNO: SIGIRIYA - POLONNARUWA

Prima colazione e partenza in bicicletta per un tour attraverso paesaggi spettacolari e natura intatta pedalando tra i villaggi locali, scoprendo angoli nascosti di Sigiriya.

Riconsegnate le biciclette si parte per l'antica città di Polonnaruwa, sito patrimonio mondiale dell'Unesco e centro culturale la cui fama è pari a quella della capitale. Il suo periodo di massimo splendore è stato dal XI al XIII secolo d.C.. L'intero paesaggio della regione è punteggiato da grandi bacini artificiali, veri e propri mari interni al Paese, il più famoso dei quali è il Prakrama Samudra, detto anche Mare di Parakrama, di dimensioni maggiori rispetto al porto di Colombo. I monumenti di questa città medievale sono ben conservati e danno una chiara testimonianza della gloria del passato dello Sri Lanka. Da vedere: il palazzo reale, il Quadrilatero con la sua concentrazione di antiche rovine e lo spettacolare complesso Gal Vihara, all'interno del quale è possibile ammirare quattro monumenti enormi del Buddha, tagliati da una singola lastra di granito. Il simbolo delle antiche sculture in roccia dello Sri Lanka.

Nel pomeriggio, sarà possibile concedersi un momento di profondo relax e ringiovanimento con un tradizionale massaggio Ayurvedico, l'antica arte curativa dello Sri Lanka tramandata attraverso migliaia di anni. L'Ayurveda, il sistema di guarigione olistica più antico del mondo, equilibra i tre dosha del corpo e riduce lo stress accumulato durante la mattina. Dopo una personalizzata consultazione con un terapeuta Ayurvedico esperto, si potrà usufruire di un massaggio completo (60-90 minuti) con oli medicinali infusi di erbe come cocco, sesamo, brahmi, neem e curcuma, applicati seguendo antiche tecniche che riattivano i canali energetici e i punti vitali del corpo. Questo trattamento non è incluso nella quota di ingresso del tour principale ed è un'aggiunta facoltativa.

Rientro a Sigiriya, cena e pernottamento in hotel

11° GIORNO: TRINCOMALEE

Dopo colazione trasferimento al monastero di Ritigala, una montagna e un'antica riserva naturale, che ospita un monastero buddista risalente al I secolo a.C., fondato da re Valagamba. Questo sito fu un importante centro di meditazione per un ordine di monaci asceti. La sua architettura è unica, priva delle tipiche statue del Buddha o stupa; al loro posto, si trovano sentieri in pietra, ponti e vasche per la meditazione che danno idea della vita austera dei monaci.

Oltre al suo valore storico e archeologico, Ritigala è una riserva naturale protetta, grazie al suo microclima, la montagna ospita una ricca varietà di piante e animali, incluse specie endemiche. La visita al sito offre un'immersione nella fitta giungla tra rovine antiche e natura incontaminata.

Partenza per Nilaweli Beach: bianchissima spiaggia inesplorata che si estende per chilometri con una lussureggiante natura tropicale. Verso sera scendiamo passeggiata in spiaggia sorseggiando una birra fresca per goderci il tramonto dorato.

Arrivo a Trincomalee, cena e pernottamento in hotel.

12° - 13° GIORNO: TRINCOMALEE

Tempo libero e relax in spiaggia. Cena e pernottamento in hotel

14° GIORNO: TRINCOMALEE - ANURADHAPURA

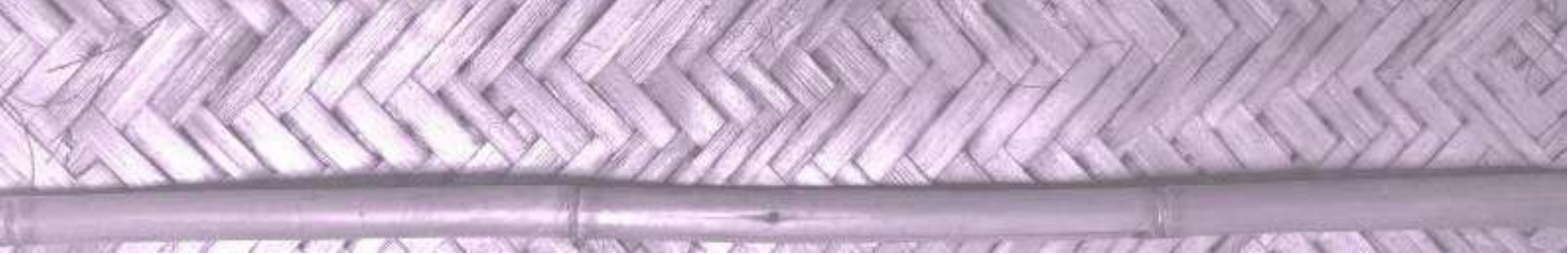
Dopo la colazione, partenza per Anuradhapura.

Durante il tragitto sosta al tempio indu Koneshwaram Kovil, uno dei cinque templi dedicati al Dio Shiva. Passeggiata intorno al tempio contemplando la splendida vista dell'Oceano Indiano che lo circonda, mentre alcuni fedeli pregano recitando mantra, tanti altri rompono una noce di cocco sulla roccia per scacciare la forza malefica dalle loro vite.

Visita alla capitale fondata nel IV secolo a.C che fu uno dei più grandi centri potere politico e religioso dello Sri Lanka. Per circa 1400 anni fu un influente centro politico, commerciale e religioso per tutta l'Asia, oggi è uno dei siti archeologici più importanti al mondo.

Nell'antica città ci sono templi, immense dagobas, vasche e rupestri del palazzo reale.

Anuradhapura ospita il Sacro Albero del Bodhi, localmente chiamato Sri Maha Bodhi, arrivato sull'isola grazie a Sangamitta, sorella di Arahath Mahinda. La visita continua con il complesso del palazzo Reale, dove si trovano il refettorio Mahapali e Dalada Maligawa, le rovine di Abhayagiri, il terzo dei complessi monastici di Anuradhapura. Arrivo ad Anuradhapura, cena e pernottamento in hotel.



15° GIORNO: ANNURADHAPURA – MIHINTALE - NEGOMBO - ITALIA

Partenza in direzione di Mihintale, sosta alla collina sacra di Mihinthalaya dove Mahinda, figlio del re indiano Ashoka, convertì il re Devanampiya Tissa al Buddhismo nel III secolo a.C. Secondo i testi storici, il re Tissa stava inseguendo un cervo durante una battuta di caccia sulle colline di Mihinthalaya quando gli si avvicinò Mahinda che volle testare l'intelligenza del re con un indovinello. Il re Tissa superò la prova e fu convertito al buddhismo sul posto insieme al suo seguito di 4000 cortigiani.

Esploreremo poi il fascino costiero di Negombo, una vivace cittadina dove storia, cultura e bellezza marina si fondono. Questo tour della città può includere visite a monumenti panoramici, antiche chiese e vivaci mercati locali che catturano lo spirito di questa vibrante destinazione. Scopri il colorato mercato di Kamachchode e osserva da vicino il tradizionale processo di essiccazione del pesce: uno spaccato autentico della vita locale. Arrivo a Negombo, cena e pernottamento in hotel.

16° GIORNO: RIENTRO IN ITALIA

Colazione in hotel, a seconda dell'orario del volo tempo libero e trasferimento in aeroporto.

L'itinerario potrà subire variazioni riguardanti gli incontri e le attività in caso di momentanea indisponibilità delle comunità ospitanti o di variazioni delle condizioni sociali ed ambientali che si determinano nel momento in cui si effettua il viaggio.

Quote di partecipazione

La partenza è garantita anche per un minimo di 2 sole persone ed i prezzi diminuiranno via via all'aumentare del numero di viaggiatori.

Quote a persona con sistemazione in camera doppia

Quota a persona con 2 viaggiatori: € 1720 + volo aereo a persona

Quota a persona con 4/6 viaggiatori : € 1520 + volo aereo a persona

Quota a persona con 7/10 viaggiatori: € 1390 + volo aereo a persona

Costo voli aerei a partire da €700 (tasse incluse)

Il costo del volo aereo dipende dalla tariffa disponibile al momento della prenotazione ed è soggetto a riconferma al momento dell'emissione.

Quotazione per la sistemazione in camera singola disponibile su richiesta

I prezzi qui esposti sono stabiliti sulla base del cambio valutario: 1 eur = 1,15 USD

Una variazione significativa del cambio comporterà un necessario adeguamento, come previsto dalle normative in materia.

La quota comprende:

- Accoglienza in aeroporto a Colombo
- Trasporto con mezzo privato dal primo all'ultimo giorno
- Sistemazione in camera doppia in alberghi di categoria 3*
- Le prime colazioni e le cene indicate nel programma
- Pranzo a Galle e a Sinaranja
- Un autista parlante inglese o italiano a seconda della disponibilità
- 2 bottiglie d'acqua al giorno 500 ml
- Guide Polonnaruwa, Anuradhapura, Dambulla e Sigiriya,
- Biglietti del treno
- Tasse governative
- Polizza medico bagaglio e annullamento
-

La quota non comprende:

- volo aereo a/r Italia - Colombo
- Bevande
- Pranzi non compresi
- Ingressi e attività da pagare in loco (prevedere circa €270 a persona)
- Visto di ingresso nel paese (50 USD circa)
- Mance, facchinaggio ed extra di carattere personale
- Tutto quanto non specificato nella voce "La quota comprende"

Nota: La cifra stabilita prevede un certo tipo di vitto e alloggio e nel caso si desiderino delle sistemazioni diverse, il maggior valore sarà a carico del cliente.

Informazioni utili

DOCUMENTI NECESSARI AL VIAGGIO:

Passaporto: necessario con validità residua di almeno 6 mesi e con almeno 2 pagine bianche vicine

Visto consolare: necessario. Tutti i viaggiatori che si recano in Sri Lanka per un soggiorno breve devono presentare una domanda di visto elettronica (e-visa) tramite il sito Sri Lanka Visa (<http://www.eta.gov.lk/>), dove è possibile consultare informazioni dettagliate, presentare le domande di visto e seguire lo status della richiesta.

Vaccinazioni: non ci sono vaccinazioni obbligatorie per l'entrata (vedi paragrafo "Norme sanitarie")

Polizza assicurativa: (vedi paragrafo dedicato)

Nel caso di minori o di viaggiatori con cittadinanza diversa da quella italiana, sarà premura del viaggiatore verificare le eventuali normative specifiche.

NORME SANITARIE: *Si raccomanda di attenersi scrupolosamente a quelle che sono le direttive sanitarie in vigore al momento del viaggio,.*

QUANDO PARTIRE: *I viaggi possono essere organizzati in qualunque periodo dell'anno, tuttavia il periodo migliore è da novembre a maggio.*

Il Calendario delle partenze già confermate e dei gruppi in formazione è disponibile sul sito www.planetviaggi.it

A partire da un minimo di 2 viaggiatori le partenze sono garantite in qualunque periodo, ad hoc.

Il viaggio potrebbe poi essere "aperto" ad altri partecipanti, per viaggiare in compagnia e ridurre i costi!

COME ARRIVARE: *Questo itinerario prevede Arrivo e Ripartenza a Colombo.*

Planet Viaggi Responsabili fornisce il servizio di biglietteria aerea, essendo un operatore specializzato e con esperienza pluriennale nel settore.

Tuttavia il viaggiatore potrà valutare l'acquisto di eventuali biglietti anche in maniera autonoma.

In tal caso sarà responsabilità esclusiva del viaggiatore verificare la coerenza del biglietto con l'itinerario e con i voli di eventuali altri partecipanti, nonché la correttezza dei dati, le regole tariffarie e ogni altro elemento del biglietto.

Si pone attenzione sul fatto che, se il biglietto verrà acquistato direttamente dal viaggiatore, il relativo costo non potrà rientrare nella polizza contro annullamento del viaggio stipulata dall'operatore.

ACCOMPAGNAMENTO: *Viaggio con autista parlante inglese o italiano, secondo disponibilità.*

MEZZI DI TRASPORTO DURANTE IL VIAGGIO: *Trasporti interni privati, con autista a disposizione. I mezzi potranno essere diversi in base al numero di viaggiatori.*

ALLOGGI: *piccoli alberghi di categoria 3**

PASTI: *al momento della prenotazione chiediamo di indicare eventuali intolleranze, allergie o necessità alimentari e di verificarne la possibilità con l'operatore.*

ASSICURAZIONI: *Iscrivendosi a questo viaggio, i partecipanti sono automaticamente coperti da polizza della compagnia di assicurazioni NOBIS TRAVEL. Si tratta di una polizza medico-bagaglio e contro annullamento del viaggio da parte dell'assicurato (anche in caso di infezione da Covid-19).*

Per maggiori dettagli si raccomanda di riferirsi ai testi completi di polizza disponibili in agenzia o sul sito www.planetviaggi.it/it/assicurazioni

Su richiesta sarà possibile valutare anche l'acquisto di polizze integrative con maggiori coperture.

Informazioni generali sul paese

CAPITALE: Colombo.

CLIMA: Il paese è sottoposto a un doppio regime monsonico:

- Da metà maggio a ottobre spira il monsone dell'ovest portando con sé abbondanti piogge che trovano una barriera nel massiccio centrale.

- Da dicembre e marzo spira un monsone molto più debole che investe soprattutto la costa orientale risparmiando quella occidentale grazie alla barriera rappresentata dal Massiccio centrale.

Le temperature non conoscono rilevanti escursioni annuali, trovandosi il paese una manciata di gradi più a nord dell'equatore. Se però si intendono visitare zone dell'altopiano centrale occorrerà mettere in valigia un capo impermeabile per difendersi dalle brume mattutine.

Il tempo è volubile e l'ombrello deve essere sempre a portata di mano. A questo proposito va detto che le piogge non sono mai continue, nemmeno durante la stagione monsonica.

VALUTA: Rupia Sri Lanka (LKR) 1 euro = circa 369 rupie

LINGUA: lingue ufficiali cingalese e tamil. L'inglese è diffuso nelle località turistiche.

RELIGIONE: prevalentemente buddista.

FUSO ORARIO: 4 ore e mezzo in più rispetto l'ora italiana.
3 ore e mezzo quando in Italia vige l'ora legale.

TELEFONI E COMUNICAZIONI: wi-fi diffuso in tutte le strutture alberghiere del paese.

CUCINA: curry, il piatto principale della cucina cingalese, servito con carne, pesce o in versione vegetariana. Viene accompagnato da condimenti come il chutney e il sambol.

Insieme al riso e curry spesso viene portato anche il papadam, una frittella croccante di origine indiana fatta con farina di ceci, lenticchie o fagioli mungo.

ATTREZZATURA E ABBIGLIAMENTO: abiti leggeri e comodi come magliette, canottiere, pantaloncini, gonne e pantaloni lunghi ma freschi da indossare quando si visitano le città o si esplora l'entroterra. Una felpa o un kway per la sera. Scarpe comode per le escursioni.

Nei templi e nei luoghi sacri, oltre ad avere un abbigliamento consono, che copra spalle, braccia e gambe, è obbligatorio entrare senza scarpe, portare un paio di calze per evitare di camminare a piedi nudi. Creme solari, cappello, occhiali da sole, repellenti contro gli insetti.

ELETTRICITA': La corrente elettrica in Sri Lanka ha tensione di 230/240V e frequenza 50 Hz, con spina a 2 o 3 lamelle piatte.

FOTO: è sempre buona norma chiedere il permesso prima di fotografare le persone. E' vietato fotografare persone in divisa e installazioni militari.

ACQUISTI: spezie, the, tessuti batik, curry, cesti di vimini.

Note importanti

*Si raccomanda di accertarsi di essere in possesso di tutti i **documenti necessari** all'effettuazione del viaggio (passaporto in corso di validità minima richiesta nei paesi visitati, eventuali visti, autorizzazioni e assicurazioni obbligatorie, altri documenti eventualmente richiesti per viaggiatori che non abbiano cittadinanza italiana o che siano minorenni).*

*Si raccomanda di attenersi alle regole ed agli eventuali divieti relativi alle **esportazioni** dal Paese visitato.*

*Si raccomanda durante il viaggio di attenersi scrupolosamente alle **disposizioni sanitarie** previste dalla destinazione scelta.*

Per le condizioni contrattuali consultate il sito internet o richiedetele in agenzia.

Le stesse condizioni sono depositate presso la Provincia di Verona all'ufficio del turismo.

Organizzazione tecnica:

PLANET VIAGGI RESPONSABILI

Via Vasco de Gama 12a - VERONA

Tel: 045 8342630 – 045 8948363

E-mail: viaggiresponsabili@planetviaggi.it

www.planetviaggi.it

