SOMMARIO

Pianificare

Il viaggio inizia da qui 4
Cartina dello Sri Lanka 6
Le nostre scelte 8
Regioni e città 18
Itinerari 20
Quando andare 28
Prima della partenza 30
In tavola 32
Attività outdoor 36

La guida

Colombo 42
Fort e Pettah 48
Kollupitiya, Cinnamon Gardens e Borella 52
Bambalapitiya, Wellawatta e Mount Lavinia 62
Sri Jayawardenapura Kotte 67

La costa occidentale 73
Kalpitiya 76
Dintorni di Kalpitiya 80
Bentota e Beruwala 82
Dintorni di Bentota e Beruwala 86
Hikkaduwa 88
Dintorni di Hikkaduwa 91

Il sud 94
Galle 98
Dintorni di Galle 107
Mirissa 113
Dintorni di Mirissa 116
Tangalle 119
Tissamaharama 121
Dintorni di Tissamaharama 123

La Hill Country 131
Kandy 136
Dintorni di Kandy 143
Nuwara Eliya 146
Dintorni di Nuwara Eliya 150
Ella 153
Dintorni di Ella 157
Hatton 160
Dintorni di Hatton 165
Haputale 170
Dintorni di Haputale 175

Le città antiche 180
Sigiriya 184
Dambulla 190
Dintorni di Dambulla 192
Parchi nazionali di Minneriya e Kaudulla 196
Polonnaruwa 198
Anuradhapura 206
Dintorni di Anuradhapura 216

L'est 221
Trincomalee 224
Batticaloa 231
Dintorni di Batticaloa 234
Arugam Bay 236
Dintorni di Arugam Bay 242

Jaffna e Mannar Island 246
Jaffna 250
Dintorni di Jaffna 258
Mannar Island 264
Dintorni di Mannar Island 267

Seema Malakaya (p61)

Da sapere

Arrivo 272
Trasporti locali 273
Moneta 274
Strutture ricettive 275
Viaggio in famiglia 276
Salute e sicurezza 277
Cibo e bevande 278
Viaggio responsabile 280
Donne in viaggio 282
Feste e calendario lunare 283
Viaggiatori LGBTIQ+ 284
Viaggio accessibile 285
Viaggi in treno 286
In breve 287
Etichetta in spiaggia 288
Etichetta nei siti religiosi 289
Lingua 290

Storia e società

Storia dello Sri Lanka in 15 luoghi 294
Conoscere gli srilankesi 298
Un'isola di storie 300
Non solo curry 304
Architettura dello Sri Lanka 307
La scena musicale 310