

DIE MIT DEM OOOH & AAAH

# REISEN MIT SINNEN

REISEN MIT SINNEN  
Pardon/Heider Touristik GmbH  
Erfurter Straße 23  
D- 44143 Dortmund  
Fon 0231-589792-0  
Fax 0231-164470  
[info@reisenmitsinnen.de](mailto:info@reisenmitsinnen.de)  
[www.reisenmitsinnen.de](http://www.reisenmitsinnen.de)  
[www.kapverdischeinseln.de](http://www.kapverdischeinseln.de)

## SRI LANKA IM EINKLANG MIT DER NATUR



# IHRE HIGHLIGHTS

**Spannende Einblicke in die Welt der Primaten im Forschungszentrum**

**Jeep und Boots-Safaris in drei artenreichen Nationalparks**

**Knuckles-Berge: Natur pur in Sri Lankas schönstem Wandergebiet**

**Zoologie-Student Dinal stellt uns sein Krokodil-Projekt vor**

**Exklusives Open-Air-Dinner inmitten der alten Königsstadt Anuradhapura**

Gruppenreise, NaturReise  
Sri Lanka

17 Tage, 6-12 Gäste

Natur, Begegnungen, Wandern,  
Wildlife

Reiseleiter: Nalaka, Janaka

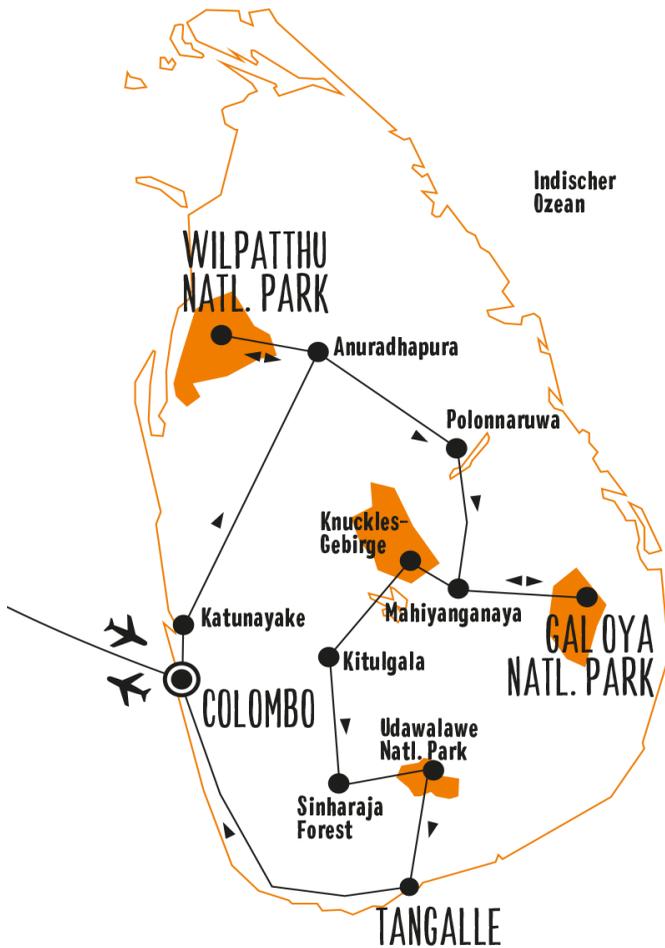
# PRIMA KLIMA – DIE ZUKUNFT DES REISENS

Klimafreundlich reisen inklusive. Klimaschutz ist für uns eine Herzensangelegenheit. Bei allen Reisen kompensieren wir zu 100 % die CO<sub>2</sub>-Emissionen Ihrer Flug- oder Bahnreise, der Unterkünfte, Mahlzeiten und alle Transporte in den Zielgebieten über atmosfair. Dazu gehören sämtliche Inlandsflüge, Bahn-, Schiffs- oder Bustransfers.

Mehr hierzu finden Sie weiter unten.



# KARTE ZUR REISE



Vorsicht vor den riesigen Blättern im Sinharaja-Regenwald! Ihr Ranger muss erst mal den Weg freimachen; für Sie und für spannende Vögel, Reptilien und Schmetterlinge.

# REISEVERLAUF – 17 TAGE

(Verpflegung: **F** = Frühstück, **M** = Mittagessen; **L** = Lunchpaket, **P** = Picknick  
**A** = Abendessen)

Die Angaben zu den Wanderstrecken und -zeiten, Flug-, Fähr- und Transferzeiten sind angenäherte Erfahrungswerte und können je nach Straßenbeschaffenheit und Verkehrsaufkommen variieren. Transferzeiten von unter einer Stunde pro Tag sind nicht angegeben.

## 1. Tag: Anreise

---

Heute startet unsere Reise mit dem Flug nach Colombo.

## 2. Tag: Entspanntes Ankommen in Katunayake

---

Unsere Reiseleitung begrüßt uns am Flughafen und bringt uns zu unserem nahegelegenen kleinen Hotel inmitten einer Kokospalmenplantage.

In dieser grünen Umgebung kommen wir erst einmal ganz entspannt an. Wir können uns im kleinen Außenpool erfrischen oder einen Spaziergang unternehmen.

Gemeinsam essen wir am Ende des Tages zu Abend.

Fahrt: ca. 30 Min.

Übernachtung/en: 1 Nacht, Hotel Tamarind Tree, Katunayake

Verpflegung: -/-/A

## 3. Tag: Erste Eindrücke und Open-Air Abendessen

---

Wir fahren nach Anuradhapura, Hauptstadt der Nord-Zentralprovinz Sri Lankas und über tausend Jahre lang Zentrum verschiedener singhalesischer Königsdynastien.

Die Fahrt führt uns an den Fischerdörfern rund um den ehemals kleinen Ort Chilaw vorbei. Wir können beobachten, wie sich dort Fischerboote schwer beladen

mit dem nächtlichen Fang zurück in den Hafen aufmachen.

Ebenfalls steht der Munneswaram Tempel auf unserem Plan. Dieser beeindruckende Hindutempelkomplex existiert seit über 1.000 Jahren. Viele Mythen ranken sich um den Tempel und verbinden ihn mit dem bekannten indischen Epos Ramayana und seinem legendären Heldenkönig Rama. Er ist einer der früheren Pancha Ishwarams und der Göttin Shiva gewidmet.

Wer möchte kann am Nachmittag fakultativ Anuradhapura, eine der eindrucksvollsten antiken Städte der Welt, besichtigen. Im 5. Jahrhundert gegründet war sie die erste Hauptstadt der Insel und ein architektonisches Juwel ihrer Zeit. Das ausgeklügelte Bewässerungssystem ist noch heute in Betrieb. Nach 1.500 Jahren städtebaulicher Blütezeit breitete sich der Dschungel über den Ruinen der Stadt aus.

Im stimmungsvoll beleuchteten Geschichtspark von Anuradhapura genießen wir ein sri-lankisches Abendessen unter freiem Himmel, bevor wir uns zu unserem kleinen und gemütlichen Guesthouse aufmachen.

Fahrt: 170 km, ca. 4 Std.

Übernachtung/en: 2 Nächte, The Margosa Lake Resort, Anuradhapura

Verpflegung: F/-/A



## **4. Tag: Radtour und Jeep-Safari im Wilpattu-Nationalpark**

Frühmorgens unternehmen wir eine Radtour um den Tissa Wewa-See. Um diese Zeit beginnt auch der Tag in den Dörfern, die wir durchqueren. Die Menschen fangen an ihrem Tagwerk nachzukommen, sei es Fischerei oder Landwirtschaft. Wir sehen zu wie Einheimische rasend schnell Palmen hinaufklettern, um Kokosnüsse zu ernten - eine gefährliche und körperlich anstrengende Arbeit, die jahrelanges Training erfordert und meist von Generation zu Generation weitervererbt wird. Beim Schälen und Weiterverarbeiten der Kokosnüsse erfahren wir wie vielseitig Fruchtfleisch, Schale und Milch verwendet werden können. Wir lernen wie Kokos-Sambal hergestellt wird, eine beliebte Beilage auf Sri Lanka, die uns sicher noch oft begegnet.

Am Nachmittag unternehmen wir eine Jeep-Safari im Wilpattu-Nationalpark. Das Wilpattu-Schutzgebiet ist der größte und älteste Nationalpark der Insel. Wegen der jahrelang schwelenden Konflikte auf Sri Lanka war dieser Park bis vor kurzem weitgehend nicht zugänglich. Inzwischen gewinnt er wieder an Beliebtheit, auch wenn die Infrastruktur noch weit vom Niveau der Nationalparks im Süden des Landes entfernt ist. Einzigartig sind die vielen natürlichen Seen und Vertiefungen, die sich mit Regenwasser füllen. Die hier heimischen Tiere lassen sich an den über 60 Wasserstellen am besten beobachten. Besonders bekannt ist der Park für seine außergewöhnlich hohe Leopardenpopulation.

Radtour: ca. 3-4 Std. mit vielen Stopps, einfach

Jeep-Safari: ca. 3-4 Std.

Verpflegung: F/-/A



## 5. Tag: Bergschutzgeister und Primaten-Forschung

---

Nach dem Frühstück brechen wir nach Ritigala auf. Mit einer Höhe von 765 Metern über dem Meeresspiegel, ist der Gipfel der höchste Punkt im nördlichen Teil von Sri Lanka. Legenden nach wird alle Vegetation auf Ritigala von sogenannten Yakkas, den Schutzgeistern des Berges, geschützt. Das Naturreservat und das dortige Waldkloster atmen geradezu Geschichten und Legenden. Während unserer Wanderung halten wir Ausschau nach dem sagenumwobenen Heilkräut "Sansevi". Es soll die Macht besitzen, allen Schmerz zu heilen und ein langes Leben zu gewähren.

Später am Tag werden wir im Primatenforschungscamp in Polonnaruwa erwartet. Es wurde vor über 30 Jahren von dem deutschstämmigen Primatenspezialisten Dr. Dittus gegründet und ist das älteste Forschungszentrum für Primaten in Asien. Abends erfahren wir im Gespräch mit den Mitarbeitern mehr über die interessanten Studien, die hier betrieben werden.

Wer möchte kann sich nach dem Abendessen noch zu einem Spaziergang durch die Wälder um das Camp aufmachen und mit etwas Glück kleine Loris bei ihren abendlichen Streifzügen beobachten.

Gesamtfahrzeit: 145 km, ca. 3,5 Std.

Übernachtung/en: 1 Nacht, ECO-Lodge Primate Research Center, Polonnaruwa

Verpflegung: F/M/A



## 6. Tag: Im Primaten-Forschungszentrum von Dr. Dittus und Königsstadt Polonnaruwa

---

Zusammen mit Dr. Dittus und seinem Team beobachten wir im Morgengrauen die im Primatenforschungszentrum in Polonnaruwa heimischen Makaken und Languren. Kaum zu glauben, wie komplex die Hierarchien in den Primatenfamilien sind! Selbst die Filmindustrie war von dem Schauspiel so begeistert, dass Disney Nature den Kinofilm „Monkey Kingdom“ hier gedreht hat.

Hinterher folgt eine Besichtigung der altherwürdigen Stadt Polonnaruwa mit ihrem Palast und Tempelkomplexen per Rad, bevor wir uns in den Süden nach Mahiyanganaya aufmachen. Die Strecke ist landschaftlich reizvoll und führt durch das von Touristen eher selten besuchte Hinterland Sri Lankas.

Weiter geht es in den Wasgamuwa-Nationalpark, eines der weniger bekannten und besuchten Schutzgebiete der Insel. Er ist etwa 390 km<sup>2</sup> groß und zeichnet sich durch eine enorme Artenvielfalt und Biodiversität aus. Besonders hervorzuheben sind die Elefantenherden; aktuell leben etwa 150 wilde Elefanten im Wasgamuwa-Schutzgebiet.

Fahrt: 95 km, 2 Std., Radtour in Polonnaruwa: ca. 2-3 Std., einfach, eben

Übernachtung/en: 1 Nacht, Hotel Levendish Wild Safari, Wasgamuwa

Verpflegung: F/-/A



## 7. Tag: Wanderung im Wasgamuwa-Nationalpark, Volkssagen und Handwerkskunst

---

Nach kurzer Jeep-Fahrt steigen wir frühmorgens auf einen Felsvorsprung. Hier können wir den Sonnenaufgang über dem Nationalpark bei einem Rundum-Panoramablick bewundern und uns mit unserem mitgebrachten Frühstück stärken. Auf der gegenüberliegenden steigen wir ab und wandern durch dichten, schattigen Wald, manchmal vorbei an kleinen Bauernhöfen. Sicherlich werden wir viele Vogelarten erspähen. Oft gibt es auch Hinweise auf Elefantenaktivitäten, die in der Nacht zuvor stattgefunden haben. Je nach Saison können wir frische exotische Früchte direkt vom Baum oder Strauch probieren. Schließlich erreichen wir ein kleines Dorf, wo uns unser Fahrzeug abholt und zurück zum Hotel bringt.

Wir checken aus und fahren in ein Dörfchen nahe Mahiyanganaya, wo uns ein ganz besonderer Nachmittag erwartet. Zuerst genießen wir ein schmackhaftes sri-lankisches Mittagessen, das von einer einheimischen Familie gekocht und unter freiem Himmel, am Rand eines Reisfeldes, serviert wird.

Nach dem Mittagessen erkunden wir das Dorf und machen Halt im Haus eines interessanten alten Ehepaares. Die Dame, die Ende siebzig ist, wird Ihnen gerne ihre Fertigkeiten im Flechthandwerk zeigen - sie stellt Körbe, Matten und andere nützliche Gegenstände aus Zuckerrohr her. Es ist ein Handwerk, das von Generation zu Generation weitergegeben wurde, nun aber langsam auszusterben droht. Der schönste Teil des Nachmittags wird sein, wenn die Dame alte Volkslieder singt, die von manchmal lustigen, manchmal spannenden Legenden erzählen.

Wanderung: 5 km, ca. 3 Std., moderat; Fahrt: 40 km, ca. 1 Std.

Übernachtung/en: 1 Nacht, Hotel Kevan's Casa, Dorf

Verpflegung: F/M/A



## 8. Tag: Sobra-See und Naturparadies Knuckles-Berge

---

Ein kurzer Transfer bringt uns zum Soraba-See, einem der ältesten künstlich angelegten Bewässerungsreservoirs Sri Lankas. Die Schleuse, die im 1. Jhd. v. Chr. auf einem Granitfelsen errichtet wurde, ist noch heute in Betrieb. Bei Sonnenaufgang unternehmen wir eine Bootsfahrt und sehen die Natur erwachen. Achten Sie besonders auf Elefanten nahe dem Ufer und auf die vielfältige Vogelwelt. Auf einem Felsen am anderen Ufer erwartet uns schon ein opulentes Picknick-Frühstück.

Nach dem Frühstück fahren wir zum Knuckles-Gebirge. Wir nehmen eine der malerischsten Straßen Sri Lankas, inklusive der 18 Haarnadelkurven, die uns zu den Höhenlagen der östlichen Ebenen bringen.

Am Nachmittag unternehmen wir unsere erste Wanderung in Sri Lankas wohl schönstem Wandergebiet. Wir starten auf 640 Metern in einem kleinen Dorf. Von hier aus schraubt sich der Pfad in teils recht steilen Kurven nach oben. Immer wieder können wir den herrlichen Blick auf terrassierte Reisfelder genießen und staunend sehen, wie jeder nur mögliche Zentimeter als Ackerland genutzt wird. Wenn wir später die dichten Wälder erreichen, merken wir, wie sich das Klima ändert. Die feuchte Hitze haben wir in den Tieflagen hinter uns gelassen, die Luft ist klar und kühl. An einem Wasserfall legen wir eine Pause ein und können uns erfrischen, bevor wir durch Wald und über Teeplantagen weiterwandern und schließlich unser einsam gelegenes, komfortables Camp erreichen.

Fahrt: 50 km, 2,5 Std.; Wanderung: 11,5 km, 5,5 Std., +680 / -140 Hm, anspruchsvoll

Übernachtung/en: 2 Nächte, Zelt-Camp Wild Glamping, Cottage, Knuckles-Berge

Verpflegung: F/M/A



## 9. Tag: Wanderung ins Herz des Knuckles-Tals

---

Vom Camp aus fahren wir ein kurzes Stück zum Ausgangspunkt unserer Wanderung. Vorbei an kleinen Dörfern und durch dichte Wälder steigen wir hinauf in die Höhenlagen des Knuckles-Gebirges. Immer wieder bietet sich uns ein fantastischer Panoramablick auf schroffe Berge, terrassierte Reisfelder und kleine Weiler. Der Weg führt uns durch die einzigartige Landschaft des Nebelwaldes - eine einzigartige Ökoregion mit einer so reichen Artenvielfalt, dass sie als Biodiversitätspot gilt. Der Abstieg und Rückweg zum Camp erfolgt schließlich über Teeplantagen und kleine Siedlungen.

Wanderung: 14 km, 5,5 Std., +600 /- 500 Hm, moderat

Verpflegung: F/M/A



## 10. Tag: Kultur-Hauptstadt Kandy und Freizeit in Kithulgala

---

Nach dem Frühstück fahren wir nach Kandy, kulturelles Zentrum der Insel und "Hauptstadt der Herzen". Die Einheimischen nennen Kandy Maha Nuwara, "große Stadt". Mit etwa 120.000 Einwohnern ist die Stadt im Zentrum der Insel allerdings noch recht überschaubar. Sie eignet sich gut für Erkundungen zu Fuß: in der quirligen Altstadt gibt es allerlei Geschäfte zu entdecken und der See in der Stadtmitte lädt geradezu zu einem entspannten Spaziergang ein. Das angenehme Klima hier in den Kandiyan Hills (ca. 500 Hm) trägt sicherlich zum Wohlfühlfaktor bei.

Anschließend begeben wir uns nach Kitulgala, dem Filmort von David Leans Meisterstück „Die Brücke am Kwai“. Heute ist Kitulgala vor allem ein Ort für Outdoor-Sportler.

Der Rest des Tages steht zur freien Verfügung. Entspannen Sie in der Lodge am Fluss oder unternehmen Sie einen Spaziergang in der kaum berührten Natur. Besonders bietet sich hier der fakultative Ausflug zum River Rafting auf dem Fluss Kelani an.

Fahrt: Knuckles - Kandy 50 km, ca. 2 Std., Kandy - Kitulgala 65 km, ca. 2,5 Std.

Übernachtung/en: 1 Nacht, Rafter's Retreat Eco Lodge, Kitulgala

Verpflegung: F/-/A



## 11. Tag: Bunte Tierwelt im Regenwald

---

Zu Beginn des Tages führt uns eine Wanderung in das Umland von Kitulgala zu einer Gruppe natürlicher Felsenpools, die zum Baden einladen.

Später brechen wir zum Sinharaja Regenwald auf, dem letzten Tiefland-Regenwald auf Sri Lanka. Er zählt trotz seiner geringen Ausdehnung von gerade einmal 21 km Länge und 7 km Breite als UNESCO-Weltnaturerbe und ist für die dortige Flora und Fauna von großer Bedeutung. Der dichte Dschungel des Regenwaldes ist Heimat von 20 endemischen Vogelarten, Reptilien und exotischen Schmetterlingen. Besonders interessant zu beobachten sind die Schwärme von bunten Regenwaldvögeln. Ebenfalls lassen sich Schlangen und Amphibien, besonders Baumfrösche, hier beobachten. Auch die unvermeidlichen Blutegel haben hier ihre Heimat gefunden.

Am Abend können wir noch die Landschaft rund um unsere Lodge erkunden, ein Muss für jeden Hobby-Ornithologen und solche, die es werden wollen!

Wanderung: 5 km; Fahrt: 120 km, 4,5 Std.

Übernachtung/en: 1 Nacht, Blue Magpie Lodge, Sinharaja

Verpflegung: F/-/A

## **12. Tag: Über dem Regenwald und Elefantensafari**

---

Mit einem gepackten Frühstück machen wir uns heute Morgen auf den Weg, den Dschungel näher zu erforschen. Wir halten nach verschiedenen einheimischen Vögeln, Amphibien, Reptilien und Primaten Ausschau. Nachdem es einen kleinen Teil der Strecke steil bergauf geht, werden wir mit einer 360°-Umsicht auf die Baumkronen des umliegenden Regenwaldes belohnt - eine richtige Vogelperspektive!



Nachmittags geht es für eine Jeep Safari zum Udawalawe-Nationalpark, dem wahrscheinlich besten Park auf der Insel, um Elefanten zu sehen. Der Park erstreckt sich rund um den Udawalawe-Stausee. Der größte Teil des aktuellen Nationalparks bildet Grasland und Dornstrauchsavannen. Daher lassen sich auch im Vergleich zu anderen Nationalparks größere Tiere wesentlich leichter auf einer Safari entdecken als in anderen Parks.

Wanderung: 7 km, teilweise steil; Fahrt: 90 km, 3,5 Std.

Übernachtung/en: 2 Nächte, Zelt-Camp Athgira River, Komfort Zelt, Udawalawe

Verpflegung: F/-/A

## 13. Tag: Im Elefantenwaisenhaus und Freizeit

---

Heute besuchen wir das Elephant Transit Home, ein Elefantenwaisenhaus, in dem verwaiste oder verlassene Jungtiere mit möglichst wenig Kontakt zu Menschen aufgezogen und gepflegt werden. Sobald sie gesund und alt genug sind, werden sie gekennzeichnet und wieder in die Freiheit des Nationalparks entlassen, wo Projektmitarbeiter ihre Fortschritte beobachten. Die ersten von ihnen haben sich sogar bereits erfolgreich in der Wildnis fortgepflanzt. Ein wahrlich nachhaltiges Projekt!

Der Nachmittag steht zur freien Verfügung.

Verpflegung: F/-/A



## 14. Tag: Krokodilschutzprojekt und Fahrt an die Küste

---

Heute brechen wir mit gepacktem Frühstück nach Ambalantota auf, um Dinal Samarasinghe am Ufer des Walawe-Flusses zu treffen. Er ist Zoologie-Student und stellt uns während einer Bootsfahrt sein Krokodilschutz-Projekt vor. Dieses Projekt zielt darauf ab, den ständigen Konflikt zwischen Krokodilen und Menschen zu entschärfen, der sich tagtäglich an den Ufern der Flüsse Niwala und Walawe im Süden des Landes abspielt. Jedes Jahr werden 50-60 Krokodile getötet, weil sie sich in Fischernetzen verfangen oder die Menschen sie aus Angst vor einer Attacke verletzen. Dinal hat zu diesem Thema verschiedene Lösungsansätze entwickelt, die auch in der Praxis angewandt werden. Der Erfolg dieses Projektes lässt sich leicht feststellen: seit der Implementierung des Projektes gab es nur noch einen einzigen durch Krokodile ausgelösten Todesfall.

Im Anschluss daran bringt ein Transfer uns nach Ahangama, einem ruhigen Strandort an der Südküste der Insel. Der Nachmittag steht Ihnen dort zum Relaxen am Strand frei zur Verfügung.

Nach dem Abendessen fahren wir zum zwei Kilometer langen Rakawa-Strand, der ein Schutzgebiet für Schildkröten ist. Gleich fünf verschiedene Arten von ihnen kommen dort immer wieder an Land, um in der Brutsaison (April - August) dort ihre Eier auszubrüten.

Gesamtfahrzeit: 75 km, 2,5 Std; Bootsfahrt: 3 Std.

Übernachtung/en: 2 Nächte, Insight Beach Resort, Ahangama

Verpflegung: F/-/A



## **15. Tag: Relaxen am Strand**

---

Der heutige Tag steht zur freien Verfügung in Ahangama. Sie können ihn am Pool oder am Strand verbringen oder die kleine Stadt auf eigene Faust erkunden.

Verpflegung: F/-/A

## 16. Tag: Koloniales Galle und Treffen mit Ökologin Narmadha Dangampola

---

Wir brechen nach Colombo auf und stoppen auf dem Weg für einen Spaziergang in der Altstadt von Galle, wo wir auch das alte niederländische Fort besuchen.

Am frühen Nachmittag treffen wir Frau Narmadha Dangampola. Sie war Dozentin am Fachbereich Zoologie der Universität Colombo. Später führte ihr Enthusiasmus und ihre Leidenschaft für die Erforschung der Natur dazu, dass sie als freiberufliche Ökologin und Feldexpertin in verschiedenen Naturschutzprojekten und Erhebungen zur biologischen Vielfalt für die Regierung und verschiedene nichtstaatliche Naturschutzorganisationen arbeitete. Derzeit arbeitet sie in der Abteilung für Umwelt und Landschaft der Stadtentwicklungsbehörde und ist Managerin des Beddagana Wetland Park, einem Feuchtgebietsbildungszentrum in der Ramsar-Stadt Colombo. Sie arbeitet daran, das Bewusstsein für den Schutz von Feuchtgebietsökosystemen und die Erhaltung der städtischen Tierwelt zu schärfen, während sie in Zusammenarbeit mit Universitäten Forschungsarbeiten fördert. Sie war eines der führenden Gründungsmitglieder der Butterfly Conservation Society Sri Lanka. Frau Narmadha wird uns durch das Feuchtgebiet führen und uns zeigen, wie dieser erstaunliche Hotspot der Artenvielfalt mit der städtischen Entwicklung der Stadt Colombo koexistiert.

Gesamtfahrzeit: 205 km, 3 Std.

Übernachtung/en: 1 Nacht, Hotel Fairway, Colombo

Verpflegung: F/-/A



## 17. Tag: Rückflug nach Deutschland

---

Per Transfer geht es zum Flughafen und nun heißt es Abschied von Sri Lanka nehmen. Gegen Abend kommen Sie in Deutschland an.

Fahrt: 40 km, 1 Std.

Verpflegung: F/-/-

Programmänderungen, z. B. durch Flugzeitenänderungen oder ungünstige Witterungsbedingungen, behalten wir uns vor!

## TEILNEHMER & TEILNEHMERINNEN

6 bis 12 Gäste

## TERMINE UND PREISE

---

SRX-231025	Mi. 25.10.	- Fr. 10.11.2023	3.490 €
------------	------------	------------------	---------

---

Einzelzimmerzuschlag: 530 €

Hinweis für Alleinreisende: Die Buchung eines halben Doppelzimmers ist je nach Verfügbarkeit möglich. Falls zum Zeitpunkt Ihrer Buchung noch kein gleichgeschlechtlicher Zimmerpartner angemeldet ist, berechnen wir einen reduzierten Einzelzimmerzuschlag von 60%. Bei voller Belegung des Doppelzimmers wird dieser Zuschlag umgehend gutgeschrieben.

Frühbucher sparen bis zu 104 €.

Frühbucherrabatt: 3 % auf den Grundreisepreis bei Buchung bis zu 6 Monate vor Reisebeginn.

Anzahlung: 20 % des Reisepreises. Restzahlung 21 Tage vor Reisebeginn. Letzte Rücktrittsmöglichkeit durch REISEN MIT SINNEN: 21 Tage vor Reisebeginn.

# LEISTUNGSÜBERSICHT

## Im Preis enthalten

- Flug Frankfurt – Colombo - Frankfurt in der Economy Class
- Alle Transfers laut Programm im Privatfahrzeug
- 15 Übernachtungen (9x mit Pool) in DZ, Du/WC
- 15x Frühstück, 2x Lunchpaket, 13x Abendessen (tlw. mehrgängig)
- Programm-Details: 5 Wanderungen und Spaziergänge, 2 Radtouren, 2 Jeep-Safaris im Wilpatthu- und Udawalawe-Nationalpark, 1 Bootssafari, Spezialisten-Führung im Primaten-Forschungszentrum und im Thalawathugoda Biodiversitätspark, Bootstour in Ambalantota, obligatorische Spenden an Schutzprojekte ca. 100 USD, Eintritte lt. Detailprogramm.
- Qualifizierte Insider-Reiseleitung in Deutsch
- Infomaterial
- Wunsch-Reiseführer (mit Gutschein-Code für unseren Shop)
- CO2-neutral reisen! Flug- und Landprogramm zu 100 % kompensiert

## Optional buchbare Leistungen

- Rail&Fly-Ticket 2. Klasse: 85,00 €
- Rail&Fly-Ticket 1. Klasse: 155,00 €
- Fakultative Ausflüge und Aktivitäten: auf Anfrage
- Vor- und Nachprogramm bzw. zusätzliche Übernachtungen und Transfers. | auf Anfrage
- Flug-Upgrade | auf Anfrage
- Reiseschutz. Gern machen wir Ihnen ein Angebot über unseren Partner, die ERGO Reiseversicherung.\*\*

## Nicht im Preis enthalten

- An- und Abreise zum Flughafen Frankfurt
- Visum
- Getränke und Verpflegung, soweit nicht anders im Programm erwähnt
- Trinkgelder und sonstige persönliche Ausgaben

# ANREISE

Vorgesehen ist die Anreise mit Emirates von Frankfurt nach Colombo. Der Rückflug startet ebenfalls von Colombo aus nach Frankfurt. Für die Anreise zum Flughafen bieten wir Ihnen sehr gerne Rail&Fly Tickets oder innerdeutsche Zubringer an. Ebenso haben Sie die Möglichkeit Ihren Flug auf die Business-Class upzugraden. (siehe Optionale Leistungen).

Für die Anreise zum Flughafen bieten wir Ihnen sehr gerne Rail&Fly-Tickets oder innerdeutsche Zubringer an.

<b>Rail&amp;Fly-Ticket, 2. Klasse, retour</b>	<b>Rail&amp;Fly-Ticket, 1. Klasse, retour</b>
85 €	155 €

## VISUM & EINREISEBESTIMMUNGEN

Deutsche, Österreichische und Schweizer Staatsangehörige benötigen für die touristische Einreise nach Sri Lanka einen Reisepass, der sechs Monate über das Reiseende hinaus gültig ist.

Darüber hinaus benötigen Sie ein gültiges Visum. Wir empfehlen dieses vorab als „Electronic Travel Authorization; (ETA) im Online Verfahren unter [www.eta.gov.lk](http://www.eta.gov.lk) zu beantragen. Die Visumsgebühr für einen Aufenthalt bis zu 30 Tagen beträgt dann 35 US\$, die online ausschließlich per Kreditkarte zu bezahlen sind. Einreisebestimmungen für Bürger anderer Nationalitäten auf Anfrage.

### VORGESCHRIEBENE IMPFUNGEN:

Besondere Impfungen sind für die Einreise nicht vorgeschrieben.

# REISESCHUTZ

Haben Sie bereits an Ihren Reiseschutz gedacht?

Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktritts- und Reiseabbruch-Versicherung\* sowie einer Auslandskrankenversicherung zur Deckung der Rückführungskosten bei Unfall oder Krankheit. Oft lohnt sich ein Vergleich der Preise der Jahres- und Einzelversicherung.

Gerne beraten wir Sie mit einem konkreten Angebot passend zu Ihrem Reisepreis. Ebenso finden Sie in Ihren Buchungsunterlagen „Ihr Reiseschutz – Für alle Fälle“ weitere Informationen.

\*Unsere Gäste mit ständigem Wohnsitz in der Schweiz bitten wir, sich für nähere Informationen hierzu an die Vertretung der ERGO Reiseversicherung in der Schweiz zu wenden.

# GESTALTEN SIE IHREN TAG – UNSERE EMPFEHLUNGEN

Wir möchten Ihnen sehr gern die Möglichkeit geben Ihre Reise in der Kleingruppemitzugestalten. Ihre individuellen Wünsche haben Platz bei uns.

Wählen Sie frei aus unseren fakultativen Angeboten. Sie können dieses Zusatzprogramm bei Buchung mitreservieren oder auch vor Ort bei Ihrer Reiseleitung buchen.

## 10. TAG: RAFTING-TOUR

Stürzen Sie sich in die Fluten und unternehmen Sie eine ein- bis zweistündige (Dauer ist vom Wasserstand abhängig) Rafting-Tour auf dem Fluss Kelani. Das Rafting ist für Anfänger und Fortgeschrittene geeignet.

Inkludierte Leistungen: Transfer, Ausrüstung

Durchführung ab 1 Personen

Preis pro Person: 30 €



## VERLÄNGERUNGSMÖGLICHKEITEN

Sie haben noch nicht genug gesehen? Bleiben Sie doch noch ein paar Tage und verlängern Sie in Tangalle oder Bentota! Gerne senden wir Ihnen per Email oder Post weitere Informationen zu Verlängerungsmöglichkeiten zu.

### 4 TAGE BADEVERLÄNGERUNG IM \*\*\*BEACH-RESORT IN AHANGAMA

Das kleine Städtchen Ahangama liegt an der Südspitze von Sri Lanka, knapp 200 Kilometer von Colombo entfernt. Vom Massentourismus ist es weitgehend verschont geblieben, vor allem Individualreisende relaxen am etwa zwei Kilometer langen, goldgelben Strand oder nutzen die Wassersportmöglichkeiten. Das Lagoon Paradise Beach Resort liegt inmitten einer etwa 2 Hektar großen tropischen Gartenanlage. Die Bucht mit ihrem schönen Sandstrand ist nur wenige Schritte entfernt. Der internationale Flughafen in Colombo ist etwa 230 km und 3 Autostunden entfernt.

Inkludierte Leistungen: 3 Übernachtungen im Superior Seaview Doppelzimmer, Frühstück, privater Flughafentransfer

Preis pro Person: ab 190,00 €



## AKTIVITÄTEN

3 einfache Spaziergänge, Fußsafaris und Wanderungen mit Gehzeiten von 2-3 Stunden. 2 moderate Wanderungen im Knuckles-Gebirge mit Gehzeiten von bis zu 5 Std., 2 einfache Radtouren.



Diese Reise ist nicht geeignet für mobilitätseingeschränkte Reisende.

## REISEBAROMETER – SO WIRD'S

Unser Reisebarometer erlaubt Ihnen einen einfachen Vergleich zwischen unseren Gruppenreisen. So finden Sie garantiert eine Reise, die zu Ihren Wünschen passt.

Naturerlebnisse	1	2	3
Fitness-Faktor	1	2	3
Kulturelle Höhepunkte	1	2	3
Muße & Entspannung	1	2	3
Alltag & Begegnung	1	2	3

# UNTERKÜNFTE

Bei unserer Auswahl der Übernachtungsmöglichkeiten achten wir stets darauf, Komfort mit einer landestypischen Unterkunft zu verbinden. Wir steuern keine internationalen Hotelketten an. Authentizität ist uns wichtiger als „viele Sterne“. Die meisten Nächte werden Sie in guten, ausgewählten Mittelklassehotels mit privatem Bad übernachten. Im Primate Research Camp in Polonnaruwa ist die Unterkunft zweckmäßig, aber sauber und gepflegt.

Katunayake	<b>Hotel Tamarind Tree</b> 1 Nacht/Nächte Internet: <a href="http://www.tamarindtreehotels.com">www.tamarindtreehotels.com</a>
Anuradhapura	<b>Pension The Margosa Lake Resort</b> 2 Nacht/Nächte Internet: <a href="http://www.margosalakeresort.com">www.margosalakeresort.com</a>
Polonnaruwa	<b>ECO-Lodge Primate Research Center</b> 1 Nacht/Nächte Internet: <a href="http://www.primates.lk/accommodations">www.primates.lk/accommodations</a>
Wasgamuwa National Park	<b>Hotel Levendish Wild Safari</b> 1 Nacht/Nächte Internet: <a href="http://www.lakpura.com/lavendish-wild-safari-wasgamuwa">www.lakpura.com/lavendish-wild-safari-wasgamuwa</a>
Mahiyangana	<b>Hotel Kevan's Casa</b> 1 Nacht/Nächte Internet: <a href="https://www.kevanscasa.com/">https://www.kevanscasa.com/</a>
Knuckles Gebirge	<b>Zelt-Camp Wild Glamping</b> 2 Nacht/Nächte <a href="http://www.themeresororts.com/wildglamping/">www.themeresororts.com/wildglamping/</a>
Kithulgala	<b>Landhaus Rafter's Retreat</b> 1 Nacht/Nächte Internet: <a href="http://www.raftersretreat.com">www.raftersretreat.com</a>
Sinharaja	<b>Lodge Blue Magpie</b> 1 Nacht/Nächte Internet: <a href="http://www.bluemagpie.lk">www.bluemagpie.lk</a>
Udawalawe	<b>Zelt-Camp Athgira River</b> 2 Nacht/Nächte Internet: <a href="http://www.athgirarivercamp.com">www.athgirarivercamp.com</a>

Ahangama	<b>Resort Insight Beach</b> 2 Nacht/Nächte Internet: <a href="http://www.insightresortsrilanka.com">www.insightresortsrilanka.com</a>
Colombo	<b>Hotel Fairway</b> 1 Nacht/Nächte Internet: <a href="http://www.fairwaycolombo.com">www.fairwaycolombo.com</a>

## VERPFLEGUNG

In unserem Reisepreis sind sowohl alle Frühstücke enthalten als auch die Verpflegungen auf den Wanderungen und einige Abendessen. Um das typisch sri-lankische Essen gebührend genießen zu können, empfiehlt es sich in der Gruppe essen zu gehen. Meist wird die Reiseleitung hierbei behilflich sein. Wer ein Essen alleine, zu zweit oder in kleinerer Gruppe gestalten will, wird in Sri Lanka keinerlei Schwierigkeiten haben, aus einer großen Auswahl von guten Restaurants wählen zu können.

## IHRE REISELEITUNG

Bei REISEN MIT SINNEN sind Sie immer in guten Händen, natürlich auch während Ihrer Reise.

Wir legen Wert auf eine hochwertige und kompetente Reiseleitung. Sie, als unsere Gäste, möchten Ihr Reiseziel mit allen Sinnen erleben und erwarten eine fachlich wie persönlich kompetente Reiseleitung, einen Menschen, der das besuchte Land kennt, mit Freude durch das Programm führt und als Vermittler zwischen den Kulturen agiert. Die vielfältigen Ansprüche sind uns und unseren Reiseleitern bewusst. Qualifizierungsworkshops und eine sorgfältige Auswahl sind bei uns obligatorisch. Auch Nachhaltigkeit auf den Reisen ist Thema bei den Workshops.

Da wir in der Regel in kleinen Gruppen mit maximal 12 oder 14 Gästen reisen, hat unsere Reiseleitung die Möglichkeit, auf Ihre individuellen Wünsche direkt einzugehen und das besuchte Land real und authentisch vorzustellen.

Ihre Reise wird begleitet von einer qualifizierten und Deutsch sprechenden Insider-Reiseleitung. Unsere Insider-Reiseleiterinnen und -Reiseleiter kennen das beste Land bestens. Sie sind dort geboren, leben seit vielen Jahren in Ihrem Reiseland oder sind regelmäßig vor Ort. Sie haben Kontakte vor Ort, mit denen Ihnen Türen geöffnet werden, die vielleicht sonst verschlossen blieben. Dadurch ermöglichen wir einen direkten Kontakt und ein Begegnen auf Augenhöhe.

Auf unserer Website erfahren Sie, welche Insider-Reiseleitung Ihren Reisetrip begleiten wird. Auch stellen sich unsere Reiseleiterinnen und Reiseleiter dort persönlich vor: <https://www.reisenmitsinnen.de/reisen-mit-sinnen/die-reisen-mit-sinnen-reiseleitung>

Auch in den „Letzten Reiseinformationen“, die Sie zwei bis drei Wochen vor dem Beginn Ihrer Reise erhalten, stellen wir Ihre Reiseleitung nochmals ausführlich vor.

## Janaka Prasanna

---

Janaka hat im Rahmen eines 5-jährigen Studiums am Goethe Institut in Colombo Deutsch gelernt. Beim Fremdenverkehrsamt hat er gleichzeitig seine Ausbildung zum Fremdenführer durchlaufen und ist seitdem lizenzierter National Tourist Guide Lecturer. Er hat ein Jahr in Würzburg gelebt und ist seit nunmehr 23 Jahren als Reiseleiter tätig. Schwerpunktmäßig führt er Wander-, Natur-, Wildlife- und Studienreisen. Wandern, Tierbeobachtung und das Entdecken von seltenen Pflanzen ist eine persönliche Leidenschaft von ihm. In seiner Freizeit reist er gerne im eigenen Land, um neue Wanderwege in den Bergregionen und auch verschiedene Sehenswürdigkeiten zu erkunden. Auch für ihn als Einheimischen gibt es immer wieder Neues zu entdecken. In seiner Freizeit geht er gerne joggen und spielt Cricket. Außerdem schaut er gerne Filme, besonders Dokumentarfilme und mag deutschsprachige Musik.



## Nalaka Palipane

---

Nalaka arbeitet seit 17 Jahren als Reiseleiter. Sein Fokus liegt auf Kultur-Studienreisen, Trekking- sowie Radreisen und Alltagskultur. Deutsch hat er auf Sri Lanka gelernt und seine Sprachkenntnisse während Aufenthalten und Trainings in Deutschland vertieft. Auch er ist vom Sebastian-Kneipp-Institut lizenzierter Wander- und Radreisen-Guide. 2012 wurde er bei den sri-lankischen Presidential mit dem Preis für den besten Natur- und Abenteuer-Guide des Landes ausgezeichnet.



## SRI LANKA – KURZGEFASST

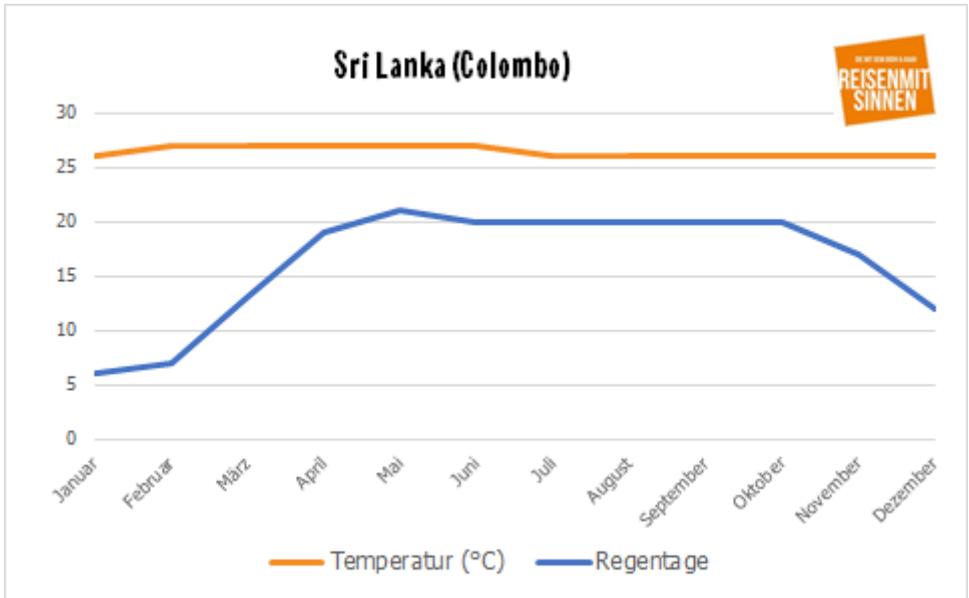
**SPRACHE & VERSTÄNDIGUNG:** Amtssprachen in Sri Lanka sind Singhalesisch und Tamil, Englisch ist Verkehrssprache. Die meisten Sri-Lanker sprechen gut Englisch, da der Schul- und Universitätsunterricht in Englischer Sprache abgehalten wird.

**KLIMA & REISEZEIT:** Auf Sri Lanka herrscht tropisches Monsunklima. Die Temperaturen auf Sri Lanka sind hoch und variieren ganzjährig nur wenig. Im trockenen Nordosten sind sie höher als im feuchten Südwesten. Die höchsten Temperaturen werden von März bis Juni erreicht, die kühlsste Zeit ist von November bis Januar.

Das Klima ist von den beiden Monsunen geprägt. Zwischen Mitte Mai und Ende September bringt der Südwestmonsun der West- und Südwestküste starke Niederschläge, während von Oktober bis Mitte April der Nordostmonsun für Niederschläge im Norden und Osten der Insel sorgt.

Das zentrale Bergland wirkt als Klimascheide. Hier ist das Klima angenehmer; die Temperatur schwankt zwischen 20 und 24 °C in über 1.000 m und zwischen 12 bis 16 °C in über 2.000 m Höhe. Im Winter kann es sogar Schnee und leichten Frost geben. Die Luftfeuchtigkeit ist hier deutlich geringer als im Tiefland.

Die beste Reisezeit ist ganzjährig, da die Monsunregen in den einzelnen Regionen zu genau entgegengesetzten Zeiten auftreten.



**ZEITVERSCHIEBUNG:** Sri Lanka ist der mitteleuropäischen Zeit um 5 Stunden voraus. Während unserer Sommerzeit beträgt der Unterschied 4 Stunden. Ist es in Deutschland 12 Uhr, dann ist es in Indien 16.00 bzw. 17.00 Uhr.

**STROMSPANNUNG:** 230/240 Volt, 50 Hertz. Auf jeden Fall empfiehlt es sich, einen Adapter mitzunehmen, da britische dreipolige Steckdosen in Gebrauch sind. Teilweise sind diese auch an der Hotelrezeption erhältlich.

**TELEKOMMUNIKATION:** Telefon: Die Landesvorwahl für Sri Lanka ist +94. Telefonieren können Sie aus den Hotels oder mit Telefonkarten aus Telefonzellen, die in den größeren Städten zu finden sind.

Mobiltelefon: Netzabdeckung ist inzwischen sehr flächendeckend gewährleistet. Bitte informieren Sie sich über die Kosten vorab bei Ihrem Betreiber. Eine sehr preiswerte Möglichkeit sind Sri Lanka Pre-Paid Karten, die in jedes Mobiltelefon eingelegt werden können.

Internet: Im ganzen Land sind Internetcafés in den Städten zu finden. Roaming mit Ihrem deutschen Handy kann sehr teuer sein, informieren Sie sich vorab hierzu bei Ihrem Mobilfunkbetreiber.

Post: Luftpost nach Europa dauert ca. 10 Tage.

**ESSEN & TRINKEN:** Die Küche Sri Lankas gilt als die schärfste Asiens – an Gewürzen aller Art wird hier nicht gespart. Die Schärfe kann jedoch durch die Zugabe geraspelter Kokosnuss gemildert werden.

Die Spezialität ist ein einfaches Curry-Gericht, das mit Kokosnussmilch, Zwiebelscheiben, Chilis, aromatischen Gewürzen wie Gewürznelken, Muskatnuss, Zimt und Safran zubereitet wird. Hoppers ähneln einem halben, getoasteten Brötchen mit einem weichen Spiegelei. Stringhoppers sind gedünstete Nudeln aus Reismehl, etwas dünner als Spaghetti. Zwischenmahlzeiten werden gerne an den Garküchen auf der Straße eingenommen und bestehen häufig aus mit Joghurt gefüllten Teigtaschen (Thairu Vadai) und süßen oder scharfen Pfannkuchen (Roti). Freunde von Süßspeisen kommen in Sri Lanka ebenfalls auf ihre Kosten. Kokosnuss und Palmzucker bildet die Grundlage vieler dieser klebrig süßen Köstlichkeiten. Tropische Früchte wie Bananen, Guave, Papaya, Mango oder Jackfruit sind ebenfalls eine leckere und vitaminreiche Zwischenmahlzeit oder Nachspeise.

Grundsätzlich ist das Essen sehr gemüseorientiert, weshalb Vegetarier auf der Insel keine Schwierigkeiten haben werden. An einheimischem Gemüse gibt es z.B. Jak, Brotfrucht, Murunga, Brinjals (Auberginen) und Bandakka (Okra).

Das Nationalgetränk ist Tee, der zu den besten der Welt gehört. Allerdings werden die besten Blätter fast ausnahmslos exportiert, weshalb man in Sri Lanka außerhalb der Plantagen eher die zweite Wahl angeboten bekommt. An vielen Straßenständen wird die Milch der orangenen Königs-Kokosnuss angeboten, die sehr vitaminreich und schmackhaft ist. Toddy (Palmensaft) ist ein beliebtes Getränk. Wird dieser fermentiert, erhält man Arrak, den es in unterschiedlichen Alkoholstärken gibt.

An Poya-Feiertagen (an jedem Vollmond) und an Wahltagen wird kein Alkohol ausgeschenkt.



# UNSER ENGAGEMENT AUF SRI LANKA



**Unsere Partneragentur unterstützt die** Friends of Needy Children Association (FNCA). Die NGO wurde 1991 gegründet und kümmert sich um Kinder, die in staatlichen Waisenhäusern oder Pflegeheimen untergebracht sind. Diese Kinder werden zwar mit dem Notwendigen versorgt, jedoch kommen sie selten in den Genuss von Aktivitäten, wie sie in vielen Familien üblich sind. FNCA unterstützt

50 Waisenhäuser und stellt z.B. Sportartikel, Musikinstrumente, Moskitonetze, Erste-Hilfe-Kästen oder Geschirr zu Verfügung. Weiterhin werden Hochschulstipendien ausgegeben. Der Höhepunkt des FONCA Kalender ist der Annual Holiday Camp für Heimkinder, wo die Kinder eine Woche lang Urlaub, Besuche von Orten von kulturellem und historischem Interesse, organisierte Sport- und Unterhaltungsaktivitäten, Quiz und Konzerte gehören gegeben. Der jährliche Höhepunkt ist das Annual Holiday Camp, in dem Heimkinder eine Woche Urlaub machen können.

## **Besuch und Unterstützung von naturschutzorientierten Projekten**

Mit unseren Besuchen unterstützen wir das Primaten-Forschungszentrum, die Elefantenrettungsstation, das Krokodilschutz-Projekt sowie die Fischkatzen-Studie finanziell. Im Primatenforschungszentrum durch unsere Übernachtung, die übrigen Projekte durch obligatorische Spenden, die im Reisepreis bereits inkludiert sind.

# IN EIGENER SACHE: UNSERE PHILOSOPHIE

## REISEN MIT SINNEN UND NACHHALTIGKEIT



Es ist unser Ziel, den Tourismus in den jeweiligen Reiseländern so zukunftsorientiert und verträglich wie möglich zu gestalten. Wir erfüllen den strengen Kriterienkatalog des **„forum anders reisen“** für ein umweltgerechtes und sozial verantwortliches Reisen und plädieren, wie inzwischen über 120 Unternehmen, für einen auf Nachhaltigkeit aufgebauten Tourismus mit besonders hoher Qualität. Als Gründungsmitglied setzen wir uns als einer der ersten für die Belange der Umwelt und der Menschen in den bereisten Ländern ein. Wir beziehen die lokale Bevölkerung in den Reiseländern mit ein und helfen dabei, faire Arbeitsbedingungen zu schaffen.



**Corporate Social Responsibility (CSR)** bezeichnet die soziale und ökologische Verantwortung von Unternehmen für die Auswirkungen ihrer Geschäftstätigkeit über die gesetzlichen Forderungen hinaus. Um diese Verantwortung wahrzunehmen und zu einer nachhaltigen Entwicklung beizutragen, müssen Unternehmen ihr Kerngeschäft daran ausrichten. Es geht nicht um einzelne „gute Taten“, sondern eine im gesamten Unternehmen verankerte strategische Ausrichtung, die Berücksichtigung der Anspruchsgruppen und eine ethische Unternehmenskultur.

2009 wurde REISEN MIT SINNEN als Pilotunternehmen überprüft und mit dem CSR-Siegel ausgezeichnet. 2011, 2014 und 2018 wurde das Unternehmen erneut in einer Rezertifizierung anhand des Kriterienkatalogs des forum anders reisen e.V. bewertet und vor allem die Weiterentwicklung verfolgt. Erfolgreich wurden wir beide Male mit dem CSR Siegel ausgezeichnet. Es zeigt uns, dass wir mit unserer Überzeugung und dem Konzept für einen fairen Tourismus auf dem richtigen, aber noch langen Weg sind.

### **Ökologisches und Soziales Engagement**

Wir möchten unserer Verantwortung gerecht werden und Zeichen für einen nachhaltigen Tourismus mit Zukunft setzen. REISEN MIT SINNEN engagiert sich deswegen bereits seit seiner Gründung weltweit für soziale und

naturschutzorientierte Projekte – viele dieser Projekte besuchen wir auch auf unseren Reisen.

Zu unseren Partnern gehören unter anderem die Orang-Utan-Projekte, Red Ape Encounters, das atelier Mar auf den Kapverden und ein nachhaltiges Tourismusprojekt auf den Philippinen. Des Weiteren unterstützen wir viele andere Projekte weltweit.

## ES GEHT UMS FLIEGEN UND UM KLIMASCHUTZ

nachdenken • klimabewusst reisen



In Zusammenarbeit mit dem „forum anders reisen“ entstand 2003 **atmosfair**.

Die zunehmende Belastung des Weltklimas durch den rasch wachsenden Flugverkehr stellt die Weltgemeinschaft vor erhebliche

Herausforderungen. Menschen im globalen Süden leiden am stärksten an den Folgen des Klimawandels, die sie nicht verursacht haben. Flugreisen belasten die Umwelt stark durch den Ausstoß von CO<sub>2</sub>. Unsere Erdatmosphäre verträgt jedoch nur eine bestimmte Menge an Kohlendioxid.

Diese Emission gleichen wir zu 100% aus. Wir zahlen einen von den Emissionen abhängigen Klimaschutzbeitrag an die Klimaschutzorganisation atmosfair, der dazu verwendet wird, erneuerbare Energien in Ländern auszubauen, wo es diese Technologien kaum gibt, also vor allem in Ländern des Südens. Durch diese Maßnahmen von atmosfair wird global gesehen CO<sub>2</sub> eingespart. Gleichzeitig profitieren die Gesellschaften und Menschen vor Ort, durch Schaffung neuer Arbeitsplätze und den Zugang zu sauberer und ständig verfügbarer Energie. Das ist verknüpft mit mehr Bildung und Chancengleichheit.

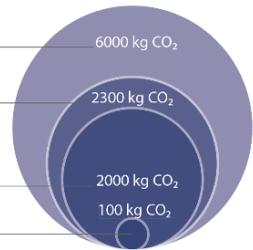
## PRIMA KLIMA – ZU 100 % KLIMANEUTRAL REISEN!

Klimafreundlich reisen – bei REISEN MIT SINNEN zu 100 % inklusive. Achten Sie auf unsere Klimaschutz-Zeichen. Bei allen Reisen kompensieren wir Ihre Flug- oder Bahnreise und das komplette Landprogramm in den Zielgebieten über atmosfair zu 100 %.



Das Fliegen wirkt sich, wie Sie in der Grafik leicht erkennen können, besonders negativ auf unser Klima aus. Unsere Kompensationszahlungen kommen vor allem dem Energiesparprojekt „Neue Energie für Nepal“ zugute. Dem Klima ist es gleich, wie und wo es global geschützt wird. Hauptsache, es passiert. Weitere Informationen siehe [www.atmosfair.de](http://www.atmosfair.de).

Frankfurt-Singapur  
(Hin und zurück, Economy)  
Klimabudget einer Person pro Jahr, um  
die Klimaerwärmung auf 2° C zu  
begrenzen  
Wohnen,  
Transport, Freizeit, etc.  
Ein Jahr Autofahren,  
35 km pro Tag  
Kühlschrank,  
ein Jahr



## DAS ENERGIESPARPROJEKT „NEUE ENERGIE FÜR NEPAL“

Nach den verheerenden Erdbeben im April und Mai 2015 in Nepal unterstützt atmosfair den Wiederaufbau von Schulen, Krankenstationen, touristischen Infrastrukturen sowie privaten Haushalten mit erneuerbaren Energien. Je nach Bedarf vor Ort sollen dabei Solar-Panels für Strom, Biogasanlagen und effiziente Öfen zum Kochen sowie solare Warmwasseranlagen zum Einsatz kommen.



Mit Ihrer Spende möchten atmosfair und REISEN MIT SINNEN sowohl die Soforthilfe in den Notunterkünften mit mobilen Energieträgern als auch die längerfristige Instandsetzung der Energieversorgung durch erneuerbare Energien finanzieren. Ziel ist es, so den energetischen Wiederaufbau Nepals mittels CO<sub>2</sub>-armen und ressourceneffizienten Technologien zu unterstützen.

atmosfair führt dieses Projekt gemeinsam mit dem forum anders reisen, Reisen mit Sinnen und bestehenden Projektpartnern vor Ort durch. So ist garantiert, dass die Hilfe schnell und praktisch ankommt.

## SCHUTZ DER KINDER VOR WIRTSCHAFTLICHER UND SEXUELLER AUSBEUTUNG

REISEN MIT SINNEN bekennt sich ausdrücklich zum Schutz der Kinder vor sexueller und wirtschaftlicher Ausbeutung in den Reisedestinationen. 2014 haben wir ganz offiziell den Code of Conduct unterschrieben. Ziel der Mitgliedschaft im Code ist die systematische Einbindung spezifischer Maßnahmen in das Unternehmen. Dabei geht es auch um die Informationsweitergabe und Sensibilisierung unserer Gäste und Partnern in den Ländern. Wir möchten Ihnen einen Weg aufzeigen, wie Sie als Reisender reagieren können, wenn unterwegs ein Verdacht aufkommt. Viele Augen sehen mehr!



Wenn Sie in diesem Zusammenhang eine auffällige Situation oder sogar eine Straftat beobachtet haben, in der Kinder gefährdet sein könnten, dann zeigen Sie Zivilcourage und melden Sie Hinweise und Verdachtsfälle sexueller Ausbeutung von Kindern im Tourismus auf folgender Website: [www.nicht-wegsehen.net](http://www.nicht-wegsehen.net).

Weitere Informationen erhalten Sie bei ECPAT Deutschland e.V.: [www.ecpat.de](http://www.ecpat.de).

## UNTERWEGS MIT REISEN MIT SINNEN

Sie reisen in kleinen Gruppen von 4 bis 14 Personen. Bei besonders sensiblen Reisen liegt die maximale TeilnehmerInnenzahl bei 6 oder 8 Gästen. Dies ermöglicht es Ihnen, das jeweilige Reiseland intensiver und mit allen Sinnen zu erleben. Ein hohes Maß an Flexibilität ist garantiert, so dass auf individuelle Wünsche und Bedürfnisse eingegangen werden kann. Eine kleinere Gruppe hinterlässt zudem geringere Spuren im Gastgeberland und ermöglicht einen leichteren Kontakt zur lokalen Bevölkerung.

REISEN MIT SINNEN konzipiert seine Reisen im Hinblick auf eine nachhaltige Entwicklung im Reiseland. Dabei ist es uns besonders wichtig, die ökologischen und sozialen Aspekte mit einzubeziehen. Die lokale Agentur vor Ort ist von zentraler Bedeutung, da durch sie das Reiseland sehr authentisch nähergebracht und die lokale Wirtschaft gefördert wird. Wir wählen bewusst Partner, die das Prinzip des nachhaltigen Reisens verinnerlicht haben und aktiv in diesem Bereich arbeiten.

## AUF UNSERER WEBSITE

Für mehr Oooh & Aaah-Momente besuchen Sie uns auf unserer Website unter [www.reisenmitsinnen.de](http://www.reisenmitsinnen.de)

Weitere Informationen zu unserem Leitbild, dem „forum anders reisen“ und unseren Projektpartnern finden Sie unter [www.reisenmitsinnen.de/reisen-mit-sinnen/reisephilosophie](http://www.reisenmitsinnen.de/reisen-mit-sinnen/reisephilosophie)

Den Nachhaltigkeitsbericht sowie weitere Informationen zum Thema CSR finden Sie unter [www.reisenmitsinnen.de/unsere-verantwortung](http://www.reisenmitsinnen.de/unsere-verantwortung).

Kennen Sie schon unseren Blog? Unter [www.reisenmitsinnen.de/blog/](http://www.reisenmitsinnen.de/blog/) finden Sie aktuelle Artikel und Wissenswertes zu uns und unseren Destinationen.



Verfolgen Sie uns auch auf Facebook! Klicken Sie auf „gefällt mir“ unter [www.facebook.com/reisenmitsinnen](http://www.facebook.com/reisenmitsinnen) und werden Sie Teil des REISEN MIT SINNEN - Freundeskreises.



Nicht warten, wandern! Entdecke mit unserer neuen Marke Activida Wanderreisen die schönsten Regionen Europas und der Kapverden zu Fuß: [www.activida.de](http://www.activida.de)

# BERATUNG UND BUCHUNG

Ihre Buchungsbestätigung erhalten Sie als PDF-Dokument per E-Mail.

Spätestens zwei Wochen vor Reisebeginn erhalten Sie per Post Ihre „Letzten Reiseinformationen“ mit allen notwendigen Reiseinformationen.

## IHR REISEBERATER: DENNIS MARKMANN



"Neben abwechslungsreichen Wanderungen und Jeep-Safaris zeichnet sich diese Reise vor allem durch einzigartige Begegnungen mit vielen interessanten Fakten zu Natur und Wildtieren auf Sri Lanka aus."

0049 (0)231 589792-43

dennis.markmann@reisenmitsinnen.de

### **REISEN MIT SINNEN**

Pardon/Heider Touristik GmbH  
Erfurter Straße 23  
44143 Dortmund

Fon 0049 (0)231 589792-0

Fax 0049 (0)231 164470

[info@reisenmitsinnen.de](mailto:info@reisenmitsinnen.de)

[www.reisenmitsinnen.de](http://www.reisenmitsinnen.de)

### **Öffnungszeiten**

montags bis freitags

09.00 - 16.00 Uhr

Aktueller Stand: Dezember 2022

Diese Broschüre wurde auf chlorfrei gebleichtem FSC-Papier gedruckt.