

## SRI LANKA – DECOUVERTE DU SRI LANKA ET EXTENSION MALDIVES – LKACT010 / LKACT10M



**10h30**



**+3h30 en été /+4h30 en hiver**

Nous avons le plaisir de vous accueillir sur l'un de nos circuits avec guide. Vous trouverez dans cette fiche technique des renseignements complémentaires vous permettant d'organiser au mieux votre voyage.

**FICHE TECHNIQUE VALABLE du 18/11/2022 au 23/12/2023 inclus**

### VOTRE VOYAGE

*Un itinéraire complet qui vous permettra de découvrir les principaux sites du triangle culturel en passant par Kandy, dernière capitale du royaume de Ceylan, et Nuwara Eliya, dans les montagnes entourées de plantations de thé, ou encore Galle, ancienne ville coloniale aux influences européennes. Vous serez émerveillé par des paysages à la végétation luxuriante, par un patrimoine culturel fabuleux et un festival de couleurs et de saveurs. Vous clôturerez votre périple par les plages magnifiques de cette île enchantée. Laissez-vous envoûter par les nombreuses richesses que recèle cette perle de l'océan Indien.*



## ITINERAIRE

### **Jour 1 : Paris – Colombo**

Envol à destination de Colombo. Nuit en vol.

### **Jour 2 : Colombo – Negombo • (15 km/env. 30min)**

Arrivée à Colombo le matin. Accueil à l'aéroport, transfert à Negombo, village de pêcheurs de bord de mer connu pour son marché aux poissons et son port de pêche. Déjeuner libre. Installation à l'hôtel Beacon Beach 3\* à Negombo et dîner.

(NB : l'enregistrement des chambres se fait à partir de 14h00)

### **Jour 3 : Negombo – Anuradhapura - Dambulla • (230 km/env. 5h30)**

Départ vers la région du triangle culturel. Vous visiterez le site archéologique d'Anuradhapura (inscrit au Patrimoine Mondial de l'UNESCO), première capitale du royaume cinghalais fondée au 5e siècle avant J.-C. C'est un site majeur qui s'étend sur une dizaine de kilomètres et présente temples, bassins, sanctuaires, palais et stûpas, ces grands dômes symbole du bouddhisme. Vous y verrez l'arbre Bo, le plus vieux du monde, l'arbre du Sri Maha Bodhi, issu d'une graine de l'arbre sous lequel le Bouddha reçut l'illumination en Inde. Route au travers de la superbe campagne sri lankaise et ses jolis petits villages. Dîner et installation à l'hôtel Pinthaliya Resort 3\* pour 3 nuits.

### **Jour 4 : Dambulla – Sigiriya – Dambulla • (40 km/env. 2h30)**

Vous visiterez la forteresse de Sigiriya (inscrite au Patrimoine Mondial de l'UNESCO) du roi Kassapa Ier : citadelle antique perchée à 200 m au sommet d'un rocher de pierre. On peut y voir des fresques peintes à même la pierre : les "demoiselles de Sigiriya", peintures représentant 21 bustes de jeunes femmes toujours intactes depuis 1 500 ans. Si le pied du rocher avec ses énormes griffes de lion est déjà en lui-même spectaculaire, et quelle fantastique vue s'offrira à nouveau aux plus courageux qui auront atteint son sommet. Déjeuner avec dégustation d'un plat typique sri lankais le "bonchi curry" (haricots verts au curry). Visite d'une fabrique de batiks. Puis, vous ferez une petite balade en cours de route dans une rizière. Dîner au cours duquel vous dégusterez le "curd", yaourt sri lankais à base de lait de buffle avec du miel de palmier et l'"arrack" réalisé à partir de sève de cocotiers. Retour à Dambulla et nuit à l'hôtel.

### **Jour 5 : Triangle culturel**

Journée libre. En option : visite de Polonnaruwa, site classé au Patrimoine Mondial de l'UNESCO ou safari dans un parc national où vivent de grands troupeaux d'éléphants. Déjeuner libre. Dîner et nuit à l'hôtel.

### **Jour 6 : Triangle culturel – Matale – Kandy • (110 km/env. 3h)**

Visite du temple d'or de Dambulla, haut lieu de pèlerinage au Sri Lanka. Ce monastère rupestre abrite 5 sanctuaires et il est particulièrement remarquable par ses peintures murales bouddhiques couvrant 100 m<sup>2</sup> et par ses 157 statues.

Visite d'un jardin d'épices à Matale, offrant toutes les variétés indigènes d'épices et explication de leur culture et de leurs vertus. Vous dégusterez du thé aux épices, puis court massage avec des produits naturels du jardin. Vous déjeunerez dans les jardins d'un plat typique sri lankais, le "parippu curry" (lentilles au curry). Poursuite vers Kandy, dernière capitale historique du royaume, noyau

spirituel et culturel du pays. Le soir, spectacle de danses traditionnelles de Kandy avec la marche sur le feu. Dîner et installation pour 2 nuits à l'hôtel Ganga Addara 3\* proche de Kandy.

#### **Jour 7 : Kandy – Peradeniya – Temple de la Dent - Kandy • (25 km/env. 40 min)**

Ce matin, vous découvrirez à pied le marché local du centre de Kandy. Temps libre pour effectuer quelques achats dans les nombreuses échoppes offrant soieries, artisanat local, bijoux, vannerie, masques, Vous visiterez une manufacture de taille de pierres précieuses et un centre d'artisanat. Déjeuner libre. Puis, visite du jardin botanique de Peradeniya, parmi les plus beaux au monde. Créé en 1370, il constituait le parc du palais royal. Sur 60 hectares, il abrite, entre autres, une superbe collection d'orchidées et une belle allée de palmiers plantés en 1950. On pourra également y admirer un gigantesque figuier de Java, vieux de 140 ans, et toute la flore emblématique des pays tropicaux : des arbres à boulets de canon, des palmistes, des palmiers à cocos de mer dont le fruit pèse 10 à 20 kilos, des bambous géants, des arbres à caoutchouc d'Assam.

Visite du temple de la Dent qui abrite la fameuse relique de la dent de Bouddha, tellement convoitée durant l'histoire du royaume cinghalais. C'est un haut lieu religieux visité par des centaines de milliers de pèlerins et inscrit au Patrimoine Mondial de l'UNESCO. Dîner et nuit à l'hôtel.

#### **Jour 8 : Kandy – route du thé – Ramboda • (55 km/env. 2h)**

Découvrez, en empruntant la fameuse route du Thé, les plantations d'un vert tendre qui ondulent à perte de vue offrant un paysage caractéristique superbe. Visite d'une manufacture et d'une plantation de thé suivie d'une dégustation. Vous comprendrez le procédé de fabrication du thé et la différence entre le thé noir, vert ou blanc. Vous comprendrez le procédé de fabrication du thé et la différence entre le thé noir, vert ou blanc. Déjeuner. Dans cette région montagneuse, le climat est propice aux cultures maraîchères et au thé. Balade dans les plantations à la rencontre des cueilleuses, qui perpétuent la cueillette du thé à la main. Les Anglais avaient remplacé la culture du café par celle du thé dans les années 1880 et un certain Sir Thomas Lipton a contribué à donner au "thé de Ceylan" sa renommée mondiale. Dîner et nuit à Ramboda à l'hôtel Ramboda Falls 3\* qui offre une vue sur les montagnes de thé, non loin d'une très belle cascade.

#### **Jour 9 : Ramboda - Nuwara Eliya – Udawalawe • (160 km/env. 4h)**

Route vers Nuwara Eliya qui a su conserver son charme britannique. Promenade dans la célèbre station climatique créée par les Anglais, située à 1 900 m d'altitude dont la fraîcheur tranche avec le reste de l'île. Elle s'étale dans une vallée au pied du mont Pidurutalagala (2 520 m), le plus haut sommet du Sri Lanka. Départ pour un trajet en train pour jouir du magnifique panorama des plantations de thé, c'est aussi l'occasion de s'immerger dans la vie des Sri Lankais (le trajet en train - 50 min - peut être annulé pour cause de retard ou d'annulation des trains ou de trop forte affluence. Les places assises ne sont pas garanties, le voyage pourra se faire debout).

Déjeuner. Visite du temple rupestre de Dowe abritant une statue colossale de Bouddha. Puis, découverte de la chute d'eau Rawana. Très vite le paysage change en descendant dans les plaines plus sèches jusqu'à Udawalawe. Installation à l'Écolodge de charme Athgira River camp (1), au bord de la rivière en pleine campagne, dans des bungalows (mi-tentes, mi durs avec ventilateur). Dîner typique et savoureux. Nuit à l'écologie.

(1) Voir la rubrique **INFORMATIONS CIRCUIT - hébergement**.

**Jour 10 : Udawalawe – Mirissa – Galle – région balnéaire • (280 km/env. 6h)**

Visite parc National d'Udawalawe en véhicule 4x4, zone d'habitat naturel des éléphants. La création du réservoir de la rivière Walawe dota les pachydermes d'un immense abreuvoir. Le parc abrite plus de 500 éléphants. Vous pourrez aussi y observer une grande population d'oiseaux et aussi des mangoustes, des crocodiles, des varans... Puis route vers la magnifique côte sud et ses plages. Déjeuner. Arrêt au village de pêcheurs de Mirissa, puis visite de la ville fortifiée de Galle, au carrefour des routes maritimes du commerce des épices, Galle fut très convoitée par les Européens. Fondée par les Portugais au 16<sup>e</sup> siècle, la ville a conservé ses remparts de granit et son charme colonial indéniable. Dîner et installation pour 2 nuits à l'hôtel Koggala Village 3\* sur la côte sud.

**Jour 11 : région balnéaire**

Journée libre sans votre guide pour vous détendre à l'hôtel, faire des achats ou pour une découverte individuelle. Déjeuner et diner libres. Nuit à l'hôtel.

**Jour 12 : région balnéaire – Colombo (160 km/env. 2h)**

Journée et repas libres. Possibilité (en option, avec supplément) de conserver votre chambre jusqu'en fin d'après-midi. Transfert pour l'aéroport en soirée. Envol pour Paris et nuit à bord.

**Jour 13 : arrivée à Paris dans la matinée.****EXTENSION BALNEAIRE FACULTATIVE AUX MALDIVES****Le voyage continue par un séjour 4 nuits aux Maldives****MALDIVES*****Bandos Island Resort 4\* à Bandos Island en formule tout inclus, transferts AR en bateau rapide inclus***

Le Bandos Maldives se trouve sur une île privée, au nord de Malé entre 10 à 15 minutes de transfert (selon les conditions météorologiques). Niché au cœur d'une nature luxuriante, 80 chambres Beach Front, spacieuses (env. 38m<sup>2</sup>) avec une petite terrasse donnant sur le jardin ou la plage. Climatisées, elles disposent d'un mini bar, coffre-fort, salle de bains avec baignoire, sèche-cheveux, TV satellite, téléphone, Wifi (gratuit), nécessaire thé/café, 4 restaurants de spécialités (dont un snack sur la plage, 2 bars. Piscine, 1 Spa. Un centre nautique, salle de sport, aérobic, badminton, courts de tennis et de squash, tennis de table, centre PADI. Boutiques, centre médical...



NB : À certaines dates, ce circuit peut être regroupé avec un autre circuit de notre brochure.

### EXCURSIONS OPTIONNELLES

Les excursions optionnelles dans le programme sont à réserver et à régler sur place en espèces (dollars, euros ou roupies) UNIQUEMENT (cartes bancaires non acceptées). Les tarifs des excursions optionnelles sont donnés à titre indicatif et susceptibles de changer. Un minimum de personnes est demandé selon l'excursion.

#### **Jour 5 :**

1/ Visite de Polonnaruwa : 45 USD par personne hors repas (le prix inclut les frais d'entrée + le transport).

2/ Safari au parc national de Minneriya : 48 USD par personne hors repas (le prix inclut les frais d'entrée + le transport).

### **À NOTER :**

L'intérieur de certains temples n'est pas accessible aux non-hindous et lors de certaines fêtes, jours fériés et jours de congé locaux. Lors des visites de sites religieux, une tenue correcte est demandée,

il est souvent obligatoire de se déchausser, le port de chaussettes est conseillé pour se protéger des insectes et de la chaleur. Pour la visite des temples, il est recommandé de porter des vêtements qui couvrent genoux et épaules.

Pendant les jours de pleine lune et les jours fériés, les hôtels ne servent pas d'alcool.

En raison d'événements spéciaux (conditions météo, jours de fermeture de certains sites ou monuments, états des routes et des situations imprévisibles), certaines étapes pourront être modifiées. Les horaires pouvant changer, nous nous réservons le droit de modifier l'itinéraire de votre circuit et Nouvelles Frontières ne pourra en être tenue responsable

Bien que le rythme des visites ait été étudié au mieux pour allier découverte et confort, les aléas liés aux transports peuvent rendre certaines étapes très longues

## **FORMALITES**



Tout voyageur souhaitant voyager au Sri Lanka (séjours inférieurs à 90 jours) doit obtenir préalablement une autorisation (ETA). La demande d'autorisation ETA est obligatoire et payante. Elle peut être effectuée sur internet : [www.eta.gov.lk](http://www.eta.gov.lk).

Il devra également se munir de son passeport d'une durée de validité de 6 mois après la date de départ.

### **Ambassade de France au Sri Lanka**

89, Rosmead Place 7

Colombo

Tel : +94 11 263 94 00

En cas d'urgence : +94 11 26 39 410

### **SANTE, VACCINS, RECOMMANDATIONS SANITAIRES**

Aucun vaccin n'est obligatoire, cependant, certains sont conseillés : traitement anti paludéen (pour certaines régions). Un répulsif anti-moustique est également recommandé.

## INFORMATIONS PAYS

### Monnaie

Au Sri Lanka, la monnaie locale est la roupie cinghalaise.

Possibilité de changer les euros ou dollars en arrivant à l'aéroport ou dans les nombreux bureaux de change que l'on trouve en ville. Certaines banques ont des distributeurs automatiques (ATM) à Colombo, Kandy, dans les stations balnéaires ou dans les endroits touristiques. Possibilités de change dans les hôtels. Possibilité de régler certains achats conséquents en carte de crédit. La roupie cinghalaise 1€ = 362 LKR (à titre indicatif)

Pour les Maldives, euros et dollars américains sur les îles – hôtels.

### Savoir-vivre et coutumes

Attention, durant le Nouvel An Bouddhique, Poya (chaque jour de pleine lune) et autres fêtes religieuses, certaines activités sont susceptibles d'être annulées ou modifiées : cueilleuses dans les plantations de thé, pêcheurs sur échasse, trajet en train.

L'intérieur de certains temples n'est pas accessible aux non hindous et lors de certaines fêtes, jours fériés et jours de congé locaux.

### Langue

Les trois quarts de la population parlent le cinghalais. Près de 20 % parlent le tamoul, essentiellement dans le nord de l'île. L'anglais est parlé couramment par 20 % de la population et il est généralement pratiqué dans les hôtels.

## INFORMATIONS CIRCUIT

### BON A SAVOIR

Le guide ne reste pas avec les clients durant les journées libres ou en extension dans les hôtels balnéaires sur la ou les dernières nuits du circuit.

### ENCADREMENT/ACCOMPAGNEMENT

Les clients du circuit sont toujours accompagnés d'un guide local parlant français. Ayant une large expérience, il vous permettra de connaître le pays, ses habitants et habitudes et se fera le plaisir de vous faire aimer le pays.

### TRANSPORT

Le circuit est effectué à bord d'un autobus ou minibus climatisé selon la taille de groupe.

### NIVEAU DE DIFFICULTÉ

Faible. Vos bagages seront acheminés à chaque étape dans les hôtels, mais il faut être vigilant à ce que les bagages soient toujours mis dans le porte-bagages du bus. Cependant, le port du bagage du bus à la chambre n'est pas inclus.

### HEBERGEMENT

Vous serez logés en hôtels de catégorie 2\* Sup et 3\* (normes locales) et en écolodge ou similaires.

**Negombo:** hotel Beacon Beach 3\*.

**Triangle culturel - Dambulla:** Pinthaliya 3\*

**Kandy :** Ganga Addara 3\*

**Ramboda :** Ramboda falls hotel 3\*

**Udawalawe :** Athgira River Camp (1) voir images ci-dessous - écolodge de charme (ventilé sans climatisation) avec piscine

**Région balnéaire :** l'hôtel Club Koggala Village 3\*

Pour les 3 nuits d'extension aux Maldives : Bandos Island Resort 4\* ou similaire

Selon l'état des réservations nous pouvons être amenés à vous loger dans des hôtels similaires dans certains endroits. La liste définitive des hôtels est disponible auprès de votre agence de voyage 15 jours avant le départ.

Nuits en hôtels : les chambres sont composées de deux lits séparés ou d'un grand lit. La chambre triple est une chambre double avec un lit d'appoint.

Dans les campements ou écolodges à l'écart des villes, l'accueil chaleureux du peuple sri lankais et la beauté des paysages compensent largement la simplicité de l'hébergement et des infrastructures.

(1) **Athgira River Camp.** Espace chambre sous forme de tente. Espace salle d'eau attenante en dur. Bonne cuisine locale, variée. Piscine.





## INFORMATIONS PRATIQUES



Tropical (île située entre tropiques et équateur), températures élevées toute l'année mais il fait plus chaud sur les côtes qu'en altitude. Température moyenne à Colombo 27/28°, à Kandy 20°. Il est soumis à un régime de mousson, donc alternance de saison humide et de saison sèche, phénomène qui bascule entre le côté nord-est et le côté sud-ouest. La première mousson touche la zone sèche du Nord et de l'Est en décembre-janvier. La seconde affecte la colline du centre, les côtes sud et ouest depuis mai jusqu'en juillet. Le temps est ensoleillé, l'air saturé d'humidité, et de pluies d'orage tropicales dans l'après-midi et en fin de journée. L'intersaison en octobre-novembre occasionne des averses et des orages brefs n'importe où dans le pays (végétation luxuriante de l'île) mais toujours en fin de journée ou dans la nuit.



### **Pension complète sauf 6 repas (déjeuners des jours 2, 5, 7, 11 et 12 et le dîner du jour 12)**

Durant le circuit, les repas sont pris la plupart du temps dans des restaurants. Il est à noter que certains restaurants ne servent pas d'alcool. Les petits déjeuners sont servis avec thé ou café, toasts, œufs, beurre, confiture. Pour les déjeuners et dîners, soit un buffet, soit un service à table et la plupart du temps un repas cinghalais est prévu.

La cuisine au Sri Lanka est basée essentiellement sur le riz et le curry. Le plus souvent accompagné de légumes, de poisson, poulet ou fruits de mer. Lentilles au curry. Beaucoup de plats sont agrémentés d'épices, piments et noix de coco.

En dessert, vous pourrez apprécier les fruits de saison : banane, noix de coco, ananas, papaye, mangue...

**Pour l'extension balnéaire aux Maldives :** Séjour en en formule tout inclus au Bandos Island Resort 4\*.



Les pourboires ne sont pas obligatoires mais sont toujours bien appréciés. Ils doivent être employés en signe de remerciement. Si vous êtes satisfait du service, il est d'usage de laisser un pourboire au guide/accompagnateur et au chauffeur.

Prévoir environ 5€ par jour et par personne. Petits pourboires à prévoir également pour les bagagistes des hôtels, garde chaussures, rickshaws, 4x4, toilettes, les cyclopoisses et les rameurs (1 à 2 € par personne environ).



Pour les appareils photos numériques, prévoir des cartes mémoires suffisantes, une batterie de rechange et votre chargeur. Un filtre UV sera une protection efficace pour votre objectif.

Dans certains endroits, les photos sont interdites... merci de respecter scrupuleusement les consignes à ce sujet, afin d'éviter tout désagrément.



220-240 Volts : Nous vous conseillons donc de prendre un adaptateur universel.

## BOUCLER SA VALISE



### Bagages

Prévoyez une valise à roulette, et sac à dos pour vos effets personnels de la journée. Le port des bagages du bus à votre chambre n'est pas inclus.

### Vêtements

Prévoyez des vêtements légers (coton) et clairs ainsi qu'une petite veste, un vêtement de pluie (en période de mousson).

Une tenue correcte est exigée dans tous les lieux publics et religieux.

Prévoir une tenue d'été pour se changer à l'arrivée à l'aéroport et commencer directement les visites.

### Matériel

Lunettes de soleil.

Crème de protection contre le soleil et les insectes (moustiques en particulier).

Une casquette, ou un chapeau, et un foulard.

Une serviette de bain et vos affaires de toilettes personnelles.

Petite pharmacie personnelle.

## VOYAGE ET PARTAGE

### La vie en groupe

Vous allez vivre plusieurs jours en communauté et certaines concessions sont indispensables à la cohésion du groupe. Il est nécessaire d'être ponctuel au rendez-vous donné par votre accompagnateur ou guide. Les retards peuvent remettre en cause l'organisation des visites prévues.

### Votre environnement

Les itinéraires que vous allez parcourir ont été choisis pour leur beauté, leur authenticité ou leur originalité. Quelques principes permettront à d'autres voyageurs d'apprécier ces mêmes paysages.

L'eau est un bien précieux dans de nombreux pays (désertiques ou non), ne la souillez pas (prévoyez toujours des savons et shampoings biodégradables). Les animaux que vous pouvez rencontrer sont chez eux, ne les dérangez pas et essayez de passer inaperçus... Enfin certains sites ou parcs naturels sont protégés et imposent un règlement qu'il est important de respecter. Bref, ne laissez aucune trace derrière vous, ramassez vos déchets et suivez les conseils de votre guide !

Si malgré toutes les attentions que nous portons à l'environnement, vous constatez une négligence quelconque, nous vous demandons de la communiquer à votre agence.

### Vos rencontres

Sur votre route, vous aurez souvent l'occasion de rencontrer les populations locales. Où que vous soyez, sachez faire preuve de discrétion et d'humilité. La multiplicité des cultures et des traditions fait que certaines attitudes sont perçues différemment selon les pays. Pour ne pas commettre d'impair, prenez le temps de comprendre les personnes que vous rencontrez, prenez le temps de créer des liens. Là aussi, écoutez les conseils de votre guide ! Il connaît mieux que quiconque les comportements à éviter ou à adopter. Par exemple, si vous souhaitez prendre une personne en photo, demandez-lui toujours sa permission. Le meilleur moyen qu'elle accepte est d'avoir établi un contact préalable. De même, ne distribuez pas des cadeaux à tout va... Cela incite souvent les enfants à mendier, pour éviter ce genre de dérive, mieux vaut se référer aux structures locales compétentes (faire un don à l'école, à l'hôpital, au chef du village etc.). Enfin, veillez à ne pas porter de tenue trop légère (short court, décolleté...) et éviter les comportements exubérants.

## RECOMMANDATIONS

- Comme dans tout voyage, évitez d'emporter des objets de valeur. Assurez votre matériel vidéo et photo. Si vous prenez une partie de votre budget en chèques de voyage, prenez soin de noter séparément les numéros.
- Emportez également une photocopie de vos papiers d'identité ou mieux, déposer une copie de vos papiers d'identité dans une plateforme de style « google Drive » qui sera accessible depuis n'importe quel ordinateur ou smartphone.
- Ne laissez jamais vos objets de valeurs (argent, passeport, billets d'avions) dans votre chambre, votre bus, restaurants... chaque fois que cela est possible, laissez-les dans le coffre de l'hôtel ou dans votre valise fermée à clé. Observez les règles élémentaires de prudence. Nous et notre prestataire ne pouvons être tenus pour responsables des conséquences que pourraient entraîner de tels vols ou pertes.

## BIBLIOGRAPHIE

Guide Bleu Évasion  
"Sri Lanka et les Maldives" - Ed Hachette  
Le Guide du Routard : "Sri Lanka Ceylan" - Ed  
Hachette  
Guide "Sri Lanka" - Ed Lonely Planet  
Marco Polo : "Ceylan (Sri Lanka)"

## MINI LEXIQUE

- Bonjour : Ayubowan
- Monsieur : Mahatya
- Madame : Mahatimiya
- Je m'appelle : Mage nama...
- S'il vous plaît : Karounâkara
- Merci : Istouti
- Oui : Ovou
- Non : Néhé
- Parlez-vous anglais ? : Obata ingreese kata  
karanna puluvan da ?
- Je ne comprends pas : Mata thayrennay nehe
- Bus : bas
- Gare ferroviaire : dumryapola
- Gare routière : stesemata
- Train : kochiya

**Nous vous souhaitons un très beau voyage !**