

## SRI LANKA – TRESORS DU SRI LANKA – 7 nuits - LKACT003/03E-1

(Avec ou sans extension balnéaire de 3 nuits)



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 POUR LES DEPARTS DU 26/12/21 AU 21/10/22 inclus

### VOTRE VOYAGE

Partez à la découverte du pays cinghalais, de ses paysages colorés et de ses diversités culturelles, avec au programme 4 nuits dans le "triangle culturel" où se situent la plupart des perles archéologiques du Sri Lanka et plusieurs sites classés au Patrimoine Mondial de l'UNESCO. Vous poursuivrez par la ville de Kandy, son temple sacré et son jardin botanique de Peradeniya. Vous emprunterez la fameuse route du thé au travers des magnifiques paysages de plantations de thé jusqu'à Nuwara Eliya. Prolongez votre séjour et reposez-vous sur les belles plages de la côte ouest.





## 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 Rani Beach 3\* et dîner.

### **Jour 3 : Negombo – Anuradhapura - Dambulla • (230 km/env. 3h40)**

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 pour 3 nuits à l'hôtel Pinthaliya Resort 3\*.

### **Jour 4 : Dambulla – Sigiriya - Dambulla • (85 km/env. 2h)**

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, 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". 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 Topaz 4\* proche de Kandy.

**Jour 7 : Kandy – Peradeniya – 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'art et d'artisanat. Déjeuner libre.

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)**

Poursuite vers la région montagneuse en empruntant la fameuse route du thé. Vous découvrirez les plantations de thé 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. Déjeuner. Dans cette région, le climat est propice aux cultures maraîchères et au thé. Balade dans les plantations à la rencontre des cueilleuses, qui perpétuent la cueillette 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 Elyia - Colombo (235 km/env. 6h)**

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.

Transfert à l'aéroport pour votre vol de retour avec déjeuner en cours de route. Dîner libre.

**Jour 10 : Colombo – France**

Nuit à bord. Arrivée en France dans la matinée.

## EXTENSION FACULTATIVE

### Le voyage continue par un séjour sur la côte ouest • 3 nuits

#### ***Hôtel Joe's Resort 4\* à Bentota en demi-pension***

L'hôtel se situe au bord d'une belle plage de sable doré avec une partie privatisée. Cette petite structure intime et agréable, au charme colonial, dispose de 20 chambres, d'une piscine face à la plage, d'un restaurant et d'un bar, et d'une terrasse sur le toit.

*(En raison du nombre limité de chambres, le séjour pourra se dérouler à l'hôtel Joe's Resort à Unawatuna dans les mêmes conditions.)*

**Le forfait comprend le transfert de la fin du circuit (le jour 9) vers l'hôtel Joe's Resort ou similaire, avec déjeuner en cours de route et dîner, ainsi que le transfert retour vers l'aéroport de Colombo.**

**En raison de l'horaire du vol retour, vous avez la possibilité (en option, avec supplément) de conserver votre chambre l'après-midi du dernier jour.**





## EXCURSIONS OPTIONNELLES

Les excursions optionnelles dans le programme sont à réserver et à régler sur place. 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.

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

## FORMALITES & SANTE



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 retour.

### ADRESSE UTILE

#### 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€ = 217 LKR (octobre 2020)

### 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, pendant les extensions ou les dernières nuits dans les hôtels balnéaires 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 3\* ou 4\* (normes locales).

**Negombo** : hotel Rani Beach 3\* ou similaire – 1 nuit

**Triangle culturel** : Pinthaliya 3\* ou similaire - 3 nuits

**Kandy** : Topaz hotel 4\* ou similaire – 2 nuits

Pour les 3 nuits d'extension : Joe's Resort Bentota 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.

La plupart des hôtels au Sri Lanka sont situés loin des centres villes afin de permettre au voyageur de profiter du calme. Les animations au Sri Lanka sont très limitées par région.



## 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 à partir du dîner du jour 2, le jour d'arrivée au Sri Lanka au petit-déjeuner du jour 9.**

**Les déjeuners du jour d'arrivée et du départ ne sont donc pas inclus. Les déjeuners des jours 5 et 7 ne sont pas inclus.**

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...

Attention, ne jamais boire l'eau du robinet.



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 peuvent 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 !**