

SRI LANKA – AU PAYS DE L'OR VERT – LKACT002/02^E
Avec ou sans extension balnéaire de 2 nuits



13h30



+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 17/11/2019 AU 28/12/20

VOTRE VOYAGE

Cet itinéraire original est destiné à vous rapprocher des populations locales et à mieux comprendre leurs modes de vie. Ancienne Ceylan, route des épices, royaume du thé, perle de l'océan Indien, autant de noms au doux pouvoir évocateur, riche d'un héritage culturel vieux de 2 500 ans. Les majestueux temples bouddhistes et hindous, et les différentes empreintes de la colonisation européenne témoignent de la diversité culturelle du Sri Lanka et de son pouvoir d'attraction. Une nature généreuse, entre plantations de thé ondulant à l'horizon, plaines verdoyantes et plages divines, vient parfaire ce paradis souriant.





ITINERAIRE

Jour 1 : Paris – Colombo

Envol à destination de Colombo. Nuit en vol.

Jour 2 : Colombo – Negombo • (15 km/env. 20 min)

Arrivée à Colombo dans l'après-midi. Accueil et transfert à Negombo, village de pêcheurs. Dîner et nuit à l'hôtel Lavinia 3*.

Jour 3 : Negombo – Chilaw – Dambulla – Triangle culturel • (230 km/env. 6h)

Départ pour le fameux marché aux poissons de Chilaw et rencontre avec les Sri Lankais. Traversée de nombreux villages de pêcheurs. Visite du temple bouddhiste de Panduwasnuwara. Déjeuner. Puis, vous découvrirez un monastère bouddhiste à Yapahuwa. Route vers Dambulla, visite du temple rupestre (site UNESCO) orné d'immenses fresques chatoyantes et de 157 bouddhas et haut lieu sacré de pèlerinage. Dîner et nuit à l'hôtel Pinthaliya 3*.

Jour 4 : Triangle culturel – Sigiriya – Hingurakgoda • (60 km/env. 2h30)

Découverte de la citadelle de Sigiriya, ou "rocher du lion", réputé pour ses "fresques des demoiselles", classées au Patrimoine Mondial de l'UNESCO. Puis, visite d'un atelier de peinture de batiks. Déjeuner et balade en pirogue afin d'observer la faune et la flore autour des villages. Puis, vous serez accueilli par un membre de la famille chez qui vous logerez. Initiation et dîner-dégustation du plat "ala thel dhala", spécialité sri lankaise et nuit chez l'habitant (confort simple, salle de bains à partager).

Jour 5 : Hingurakgoda – Polonnaruwa – Passikudah • (120 km/env. 3h)

Départ pour Polonnaruwa et visite à vélo (ou à pied au choix) de ce site archéologique très étendu dont les vestiges figurent au Patrimoine Mondial de l'UNESCO. Découverte du palais royal, de ses temples et des 4 statues monumentales de Bouddha, assis, debout et couché, du Gal-Vihara. Visite d'une fabrique artisanale d'objets en bois. Déjeuner préparé par une famille, puis départ pour Passikudah, station balnéaire aux superbes plages de sable clair. Dîner et installation pour 2 nuits à l'Amethyst Resort 3* au bord de la plage.

Jour 6 : Passikudah – Trincomalee – Passikudah • (200 km/env. 5h)

Départ vers Trincomalee. Ascension du rocher de Swami Rock pour découvrir le temple hindou Koneshwaram aussi appelé "temple aux 1 000 piliers" et qui se dresse face à l'océan. Déjeuner. Dîner et nuit à l'hôtel.

Jour 7 : Passikudah – Dimbulagala – parc national de Wasgamuwa • (160 km/env. 3h30)

Visite du temple de Dimbulagala abritant des grottes creusées dans la roche avec des inscriptions en brahmi. Déjeuner. L'après-midi, safari dans le Parc National de Wasgomuwa, parc destiné à protéger les animaux sauvages déplacés au cours du projet de développement du Mahaweli en 1984. Les plus chanceux auront le plaisir de découvrir des troupes d'éléphants ainsi que de nombreux oiseaux. Au dîner, dégustation d'une spécialité locale et nuit à l'hôtel Lavendish Wild Safari en chambre double dans une ambiance safari.

Jour 8 : Wasgamuwa – Kandy • (130 km/env. 4h)

Visite de Kandy : le musée, le palais royal et le temple renfermant la "dent de Bouddha", le temple le plus sacré du Sri Lanka qui reçoit des milliers de pèlerins. Temps libre pour découvrir le marché local et effectuer des achats : soieries, artisanat local, bijoux... Déjeuner. En soirée, spectacle de danses de Kandy et marche sur le feu. Installation pour 2 nuits à l'hôtel Sky Loft 3* dans la périphérie de Kandy, dîner et nuit.

Jour 9 : Kandy – Peradeniya – Gadaladeniya – Lankathilaka • (10 km/env. 20 min)

Le matin, vous visiterez le magnifique jardin botanique de Peradeniya, qui possède de très nombreuses espèces d'arbres tropicaux. Créé en 1370, il constituait le parc du palais royal. Sur 60 ha, 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. Déjeuner. Départ pour la visite des temples de Gadaladeniya, réputé pour ses dômes, ses portes en bois peint et ses sculptures sur bois, puis le temple de Lankathilaka à l'architecture cinghalaise traditionnelle. Retour à Kandy et temps libre. Dîner et nuit.

Jour 10 : Kandy – plantation de thé – chute Ramboda – Nuwara Eliya • (100 km/env. 3h)

Départ pour Ramboda. En route, arrêt et visite d'un monastère, vous aurez l'occasion de rencontrer les moniales qui vivent dans ce lieu paisible (NB : si les moniales sont en pleine cérémonie, par respect pour leur religion, on ne peut les interrompre et la visite sera annulée). Traversée de plantations de thé : visite d'une fabrique et dégustation. Balade dans les plantations où vous apercevrez les cueilleuses tamoules qui illuminent les plantations de leurs saris colorés. Déjeuner. L'après-midi, découverte de la chute d'eau de Ramboda. Dîner et nuit à l'hôtel Alpine 3*, simple mais en centre-ville de Nuwara Eliya.

Jour 11 : Nuwara Eliya – Moon Plains (train) – Kuda Oya • (140 km/env. 4h)

Tôt le matin, départ en minivan vers Moon Plains d'où vous aurez une magnifique vue à 360° sur les montagnes environnantes. On peut y observer des biches, des sambars (cerfs d'Asie), des centaines d'oiseaux et de papillons. Déjeuner. Embarquement à bord d'un train local sur les hauteurs de l'île avec pour décor des vallées couvertes de plantations de thé, c'est aussi l'occasion de s'immerger dans la vie des Sri Lankais (le trajet en train peut être annulé ou reporté 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). Arrivée à Bandarawela et traversée de petits villages perdus jusqu'à la chute d'eau de Rawana. Poursuite de la route vers Kuda Oya. Le soir, initiation culinaire puis dégustation d'un plat local, le "bonchi curry", et nuit en écolodge à Kuda Oya en bungalow très simple et rustique (ventilateur) au milieu des plantations. **NB : voir la rubrique INFORMATIONS CIRCUIT - hébergement.**

Jour 12 : Kuda Oya – Galle – Balapitiya • (200 km/env. 5h30)

Arrêt devant un temple local pour faire une offrande et exprimer sa gratitude envers Bouddha. Puis, visite d'un village de pêcheurs. Selon l'heure et la saison, vous aurez peut-être l'occasion de rencontrer ces travailleurs de la mer et de mieux connaître les différentes techniques de pêche. Départ vers Galle. Déjeuner. Visite de cette magnifique ville historique, classée au Patrimoine Mondial de l'UNESCO. Arrivée dans un monastère bouddhiste, accueil par des enfants.

FICHE TECHNIQUE VALABLE POUR LES DEPARTS
DU 17/11/2019 AU 28/12/20



CIRCUITS
NOUVELLES
FRONTIERES

Dîner local simple (riz, curry, lentilles, poisson ou poulet et un fruit). Nuit au monastère (en dortoir avec ventilateur et moustiquaire doté de 16 lits simples - femmes et hommes séparés). Salle de bains commune (serviette et savon non fournis) ou selon disponibilité, nuit dans une maison d'hôtes.

Jour 13 : Balapitiya – refuge de tortues à Kosgoda – Negombo • (50 km/env. 1h30)

Accompagné d'un moine, vous participerez à une séance de réflexion sur le bouddhisme. Puis, petite balade dans une plantation de cannelle durant laquelle vous découvrirez les vertus et usages de cette plante. Vous visiterez un refuge de tortues à Kosgoda qui a pour but de préserver les œufs des dangers, rencontre et explications. Dîner et nuit à l'hôtel Lavinia 3* à Negombo.

Jour 14 : Negombo – Colombo – Paris

Petit déjeuner et transfert le matin à l'aéroport et vol retour. Arrivée dans la soirée à Paris.

EXTENSION FACULTATIVE

Le voyage continue par un séjour sur la côte ouest • 2 nuits

Hôtel Coco Royal Beach resort 3*sup à Kalutara en demi-pension

L'hôtel se situe au bord d'une belle plage de sable doré. Cette petite structure intime et agréable dispose de 67 chambres, et d'une belle piscine face à la plage.

Le forfait comprend le transfert de la fin du circuit vers l'hôtel Coco Royal Beach (et vers aucun autre hotel) et le transfert retour du Coco Royal Beach vers l'aéroport de Colombo

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.

A NOTER - VOLS :

Si vous prenez un vol vers **les Maldives**

FICHE TECHNIQUE VALABLE POUR LES DEPARTS
DU 17/11/2019 AU 28/12/20



CIRCUITS
NOUVELLES
FRONTIERES

- 1- Si l'hôtel des Maldives choisi est accessible par bateau ou par vol domestique, vous pourrez être transféré de l'aéroport de Malé vers votre hôtel à toute heure,
- 2- Si l'hôtel des Maldives choisi est accessible par hydravion uniquement, votre vol Colombo/Malé doit arriver avant 15h30 car les hydravions ne volent pas de nuit.

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

NB : pour les séjours jusqu'au 30/04/20, le Visa est gratuit mais vous devez quand même en faire la demande sur le site officiel : www.eta.gov.lk.

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€ = 196 LKR (juillet 2019)

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, train, vélo, voiture 4x4.

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* (normes locales) et campement.

Negombo : Lavinia Hotel 3* ou similaire – 2 nuits

Triangle culturel : Pinthaliya 3* ou similaire - 1 nuit

Hingurakgoda : Chez l'habitant - 1 nuit **voir ci-dessous**

Passikudah : Amethyst Resort 3* ou similaire - 2 nuits

Wasgamuwa : hotel Lavendish Wild Safari ou similaire – 1 nuit

Périphérie de Kandy : Sky loft 3* ou similaire - 2 nuits

Nuwara Eliya : Alpine 3* ou similaire - 1 nuit

Kuda Oya (1) : Kuda Oya Camp ou similaire - 1 nuit : **voir ci-dessous**

Balapitiya : monastère - 1 nuit **voir ci-dessous**

Pour les 2 nuits d'extension : Coco Royal Beach Resort

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.

FICHE TECHNIQUE VALABLE POUR LES DEPARTS
DU 17/11/2019 AU 28/12/20



CIRCUITS
NOUVELLES
FRONTIERES

Jour 4, chez l'habitant, confort simple avec salle de bains à partager. Chambre à lits multiples base 2 ou 4 personnes. Ambiance conviviale.

Jour 11, hébergement dans un éco-lodge à Kuda Oya voir ci-dessous.

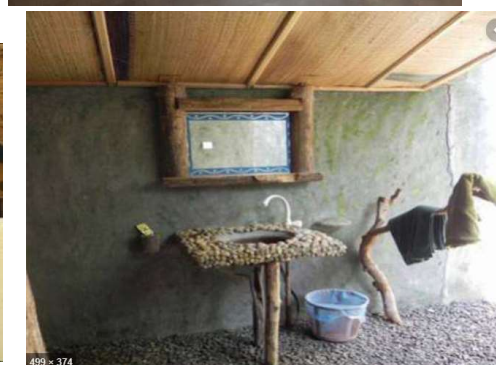
Jour 12, nuit dans un **monastère** ou dans une guesthouse, selon disponibilité. Dîner local simple (riz, curry, lentilles, poisson ou poulet et un fruit). Nuit en dortoir avec ventilateur et moustiquaire doté de 16 lits simples - femmes et hommes séparés. Salle de bains commune (serviette et savon non fournis).

(1) Le Kuda Oya camp est en pleine campagne et il est tenu par une famille locale.

L'accueil chaleureux du peuple sri lankais et la beauté des paysages compensent largement la simplicité de l'hébergement et des infrastructures. Les bungalows sont simples et rustiques avec ventilateur

Vous serez hébergé dans un bungalow avec un lit double ou dans un grand bungalow disposant de plusieurs lits.

WIFI disponible au restaurant. Le camp ne dispose pas d'eau chaude. Douche privée ouverte sur l'extérieur.



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.



La pension complète du dîner du jour 2, le jour d'arrivée au Sri Lanka, au petit-déjeuner du jour 14. Les déjeuners du jour d'arrivée jour 2 et du départ jour 14 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 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 de préférence un sac souple de 15 kg maximum, 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

**FICHE TECHNIQUE VALABLE POUR LES DEPARTS
DU 17/11/2019 AU 28/12/20**



CIRCUITS
NOUVELLES
FRONTIERES

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.
- 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 !