

# Активный отдых на Шри-Ланке



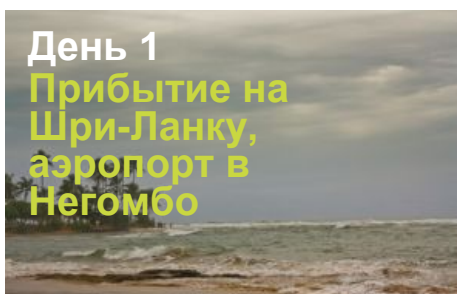
## Уровень подготовки

не требуется

**10 дней / 9 ночей**

Шри-Ланка -маленький остров, похожий на капельку в Индийском океане, остров чая, драгоценных камней, солнца, бесконечных пляжей Индийского океана и всевозможных фруктов. Но мало кто знает что Шри-Ланка это еще и активный отдых, включающий в себя трекинг на святую гору Шри Паду (Adam's peak, 2 243 м), рафтинг по реке Келания Ганга, бодисерфинг на океане и спуск в самую настоящую шахту по добыче сапфиров. А еще на Шри-Ланке можно подружиться со слонами и морскими черепахами, понаблюдать за подводным миром прибрежного рифа, вдоволь насладится солнцем, а так же окунуться в удивительный мир буддизма, прикоснуться к его культуре и святыням. Во время путешествия шесть дней планируется провести в самом сердце острова Шри-Ланка, а четыре дня посветить океану. Во время шестидневной поездки по острову группа размещается в семейных отелях, в двухместных номерах. Питание в ходе этой поездки по острову (завтрак, фрукты и питьевая вода) включено и проводится организованно. Особенностью питания является национальное, но адаптированное под европейский вкус, меню (рис, много добавок из кокоса и овощей, рыба, курица, яйца). Во время "океанской" части программы по Шри-Ланке питание в стоимость не включено.

## План путешествия



Встреча в аэропорту гидами команды приключений Альпиндустрия, переезд в семейный отель на берегу океана и размещение в двухместных номерах. В течение дня - отдых после дороги и свободное время. После обеда, по желанию туристов за дополнительную плату, можно выйти в океан на местной парусной традиционной лодке на рыбалку на креветок и прогулку под парусом. Это стоит около 10-20 долларов с человека, в зависимости от количества участников. Желающие могут посетить спа салон где можно выбрать аюрведический традиционный массаж или массаж сиродхара с аюрведическим маслом.

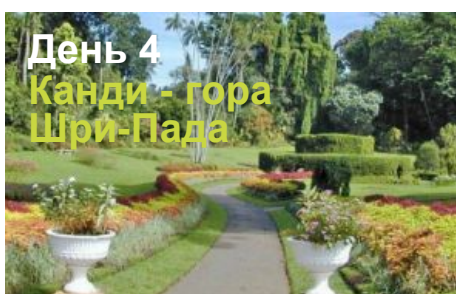


Ранний завтрак. И начало нашей активной части острова. Первая остановка - слоновий питомник Пинневала. Питомник был основан в 1975 году специально для сохранения молодых особей, оставшихся без родителей, искалеченных или пострадавших от браконьеров. Есть слонята, которые попали в ирригационные колодцы и их несколько месяцев выхаживают сотрудники питомника. Слонов в питомнике много и наблюдать за ними очень интересно. Далее переход 15 мин на берег реки, куда слонов приводят купаться. Это действо можно наблюдать прямо из ресторана, где группа может заказать себе ланч. По дороге посещение фабрики по производству бумаги ручным способом. Здесь же можно купить понравившиеся сувениры. После обеда переезд в Дамбулу, в глубь острова.



Ранний подъем, завтрак и переезд «налегке» в Сигирию. По пути мы останавливаемся у пещерных храмов Дамбулла. Он состоит из пяти пещер. Здесь собрана самая большая коллекция статуй Будды, многим из которых уже более 2000 лет. Каждая пещера поражает своим убранством и особой атмосферой. В храме регулярно проводится служба, благовония и масляные лампадки горят постоянно. Внутри всегда тихо и прохладно, можно некоторое время предаться созерцанию. Подъем необычайно красив. По обеим сторонам от дороги очень много обезьян, которые просят у туристов фрукты и особенно рады бананам. Торговцы сувениров в перемежку с торговцами цветами лотоса, розовыми, белыми, фиолетовыми(которые являются подаянием, оставляем в храмах) встретятся вам на всем протяжении подъема к пещерному храму в Дамбулле.

Далее переезжаем в Сигирию - необычно красивое место. Сигирия или «Львиная скала» представляет собой огромный постамент, возвышающийся над влажным тропическим лесом, более чем на 300м. Лишь в прошлом столетии нашли этот памятник архитектуры древней 2-5 века нашей эры. По праву считается Мировым наследием Юнеско. На плоской вершине этой огромной скалы когда-то был дворцовый или монастырский комплекс, занимающий площадь около двух гектаров. На отвесной скале Сигирии, на высоте около 150 метров находятся фрески, изображающие процессию принцесс или дворцовых дам как бы парящих в воздухе, которые названы Сигурийские красавицы. Никто не знает кто они, эти "сигурийские красавицы", но красота их поражает вот уже много веков. Конечной точкой сегодняшнего маршрута является Канди - религиозный центр и бывшая столица Шри-Ланки. Сегодня это место, где хранится одна из главных святынь буддистов – священный Зуб Будды, который раз в году выносят из храма и показывают верующим. Вечером в Канди на центральной площади культурная программа с кандийскими танцами, факирами, с традиционным шоу хождений йогинов по раскаленным углям. Ужин в отеле.



С утра прогулка по самому старому и самому богатому Ботаническому саду Шри-Ланки – Пирадения (создан в 1821г.). Кроме декоративных и полезных растений в саду есть аллея мемориальных деревьев, посаженных главами государств и выдающимися людьми, посетившими страну. Первое мемориальное дерево было посажено королем Эдуардом Седьмым - дерево-Бо. Второе, цейлонское

железное дерево - национальный символ Шри-Ланка, посадил русский царь Николай II в 1891 году. Есть дерево посаженное космонавтом Юрием Гагариным. Существует поверье, что если человек умирает, то дерево, посаженное им в этом саду перестает расти. В саду растет множество деревьев со странными плодами и необыкновенными цветами, вызывающих повышенный интерес туристов. Неотъемлемой частью сада являются летучие лисицы, гроздьями свисающие с деревьев и стаи вездесущих обезьян. По пути мы остановимся на чайной плантации и пройдем на экскурсию на чайную фабрику, где можно будет купить себе душистого цейлонского чая прямо на фабрике. По дороге обед в близлежащем к фабрике кафе традиционной ланкийской кухни. По пути к святой горе Шри-Пада – посещение храма четырех религий в Амбулувава (необычное сооружение, расположенное на высоте около 1000м.). Подъем и спуск займет около 3 ч. Далее – переезд по горному серпантину в городок у подножья горы Шри-Пада, в Делхаус. Дорога проходит мимо живописных чайных плантаций. Размещение в отеле, ужин и ранний отход ко сну. Так как в два часа ночи предстоит выход на святую гору Шри Пада.



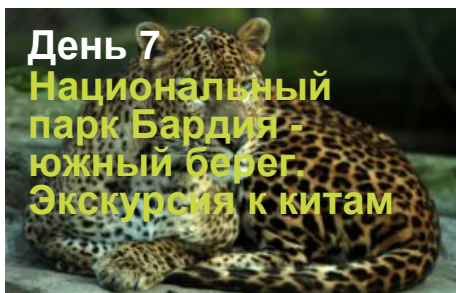
Шри Пада или Пик Адама - святая гора, на которую десятки тысяч верующих совершают восхождение, чтобы прикоснуться к священному отпечатку ступни на вершине горы. Верующие всех четырех религий считают гору священной. Буддисты называют ее Шри Пада ("священный след"), считая, что сам Гаутама Будда посетил это место. Индуисты утверждают, что отпечаток принадлежит богу Шиве, и называют гору Шриван Адипатам («космический танец Шивы»). Мусульмане настаивают на том, что здесь Адам впервые ступил на землю (Пик Адама название, данное португальцами). Христиане верят, что здесь оставил свой след святой Томас, христианский апостол, проповедовавший в южной Индии. Как любую святыню на острове, сам след увидеть невозможно, он скрыт под покрывалами в специальной нише храма. Подъем на гору занимает четыре часа неторопливым шагом. Вдоль склона оборудованы удобные ступени и перила. Примечательно, что среди паломников много молодежи. Поднимаются целыми компаниями, по пути смеются и дурачатся, но наверху, у храма, все очень серьезно и молитвы творят искренне, по-настоящему. Здесь ощущаешь, что религия для ланкийцев – неотделимая часть жизни. Вид рассвета с вершины превосходит все ожидания! Удивительные пейзажи постепенно раскрываются под пение молитв и барабанные ритмы. По мере подъема Солнца, Шри Пада начинает отбрасывать идеально правильную треугольную тень на окружающий рельеф. Это необычное явление довершает общую фантастическую картину. После перекуса ланкийскими сладостями и горячим чаем спуск вниз не кажется утомительным. По пути встречаются красивые храмы и ступы. После спуска с горы и завтрака - переезд в Китулгала, на рафтинг по реке Келания Ганга. Сплав - это прекрасная возможность полюбоваться горными пейзажами острова с реки, испытать адреналин и ощутить "чувство локтя" своих товарищей. Рафтовая дистанция Келания Ганга несложная, шесть коротких порогов разделены участками со спокойным течением. Рафты шестиместные, управляются ланкийскими гидами. Все необходимое снаряжение предоставляется на месте, сплав занимает два часа.

После рафтинга - перекус фруктами и переезд в гостиницу в Ратнапуру, ювелирный центр Шри Ланки.



Ратнапура (Ratnapura) – признанный центр Шри-Ланки по добыче драгоценных камней. Добыча ведется в шахтах вручную, с помощью нехитрых приспособлений. Рядом – берег реки, где промывают грунт в специальных корзинах. Непосредственно отбор камней осуществляет отдельный специалист. Удивительно, но камни встречаются достаточно часто и стабильно! С утра посещение шахты, где добывают драгоценные камни открытым способом, по дороге к шахте или от нее мы посетим музей камней, где можно не только посмотреть драгоценные камни, но и купить понравившиеся ювелирные украшения, цена на которые значительно ниже, чем в любом другом месте в мире.

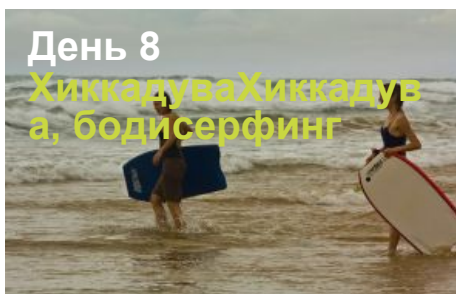
Следующим пунктом нашей программы является посещение самого мощного водопада на Шри-Ланке – Бо Пат Элла (около 80 метров). Узкий и мощный поток воды низвергается тремя ступенями. Место пользуется большой популярностью среди ланкийцев и оборудовано многочисленными торговыми рядами с сувенирами и сладостями. Считается что если помыть здесь волосы, то надолго сохранишь молодость и красоту. У нас в программе - купание под водопадом. А особенно смелые смогут поплавать под водопадом по течению по порогам. Короткий отдых на водопаде и долгий переезд в Яла - самый крупный национальный парк Шри-Ланки.



Рано утром - купание в океане, мы живем в одном из красивейших мест южного побережья Шри Ланки. В случае хорошей погоды и в зависимости от времени года можно заказать экскурсию в открытый океан к месту миграции китов (дополнительная опция). В случае штормовой погоды купаться можно в бассейне в лодж, откуда открывается прекрасный вид на океан.

После обеда сафари на внедорожниках по национальному парку Яла. Это один из старейших и самых крупных в стране национальных парков. Именно после обеда шанс увидеть леопардов больше. Обитатели национального парка ленивы и дружелюбны, однако близко к себе не подпускают.

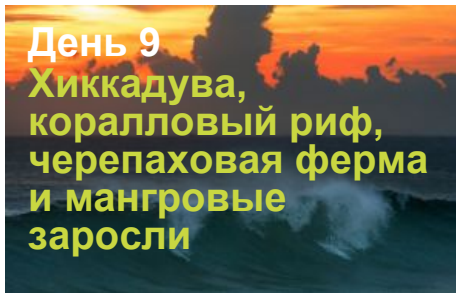
Вечером можно заказать ужин прямо на берегу океана, доброжелательные работники ресторана накроют столы прямо на берегу океана. Можно заказать (заранее) свежих лобстеров, креветок или рыбу, которых приготовят на гриле.



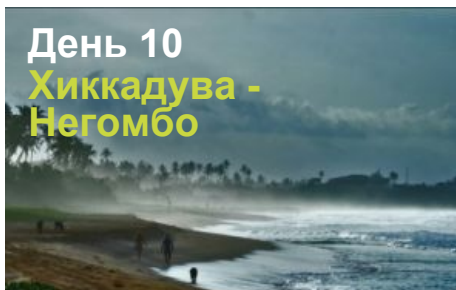
Еще один день в этом райском уголке. С утра сафари еще в национальный парк Бардия, где вы увидите много птиц, животных и крокодилов. После обеда переезд в Хиккадува, где начинается пляжная часть активного отдыха.

Дальше путь пойдет практически по побережью океана. Первая остановка – маленький поселок Диквелла. Здесь можно наблюдать необычное природное явление - Блоу Холл (Blow Hole) – морской фонтан, бьющий силою прибоя из щели в скале. Даже в тихую погоду высота струи достигает десяти-двенадцати метров! Впереди переезд в Дондру - самую южную точку острова, где расположен маяк, с высоты которого можно осмотреться, и насладится потрясающим видом и прохладой. Перед Хиккадувой – форт Галле, бывшее

голландское военное укрепление. Вечером прибытие в Хиккадуву, размещение в двухместных номерах в отеле на берегу океана (двухместные номера с душем и туалетом).



Утром, после завтрака подготовка к снорклингу (подводная прогулка с маской и ластами) по прибрежному коралловому рифу. Коралловый риф Хиккадувы это отличная возможность понаблюдать за экзотическими рыбами и морскими черепахами в непосредственной от них близости. К полудню морские черепахи приплывают к определенному месту рифа, где их даже можно кормить с рук. По желанию можно посетить черепаховую ферму. Местный житель на средства ЮНЕСКО открыл некоммерческое предприятие, куда приносят яйца и маленьких черепах. Яйца на ферме созревают, черепашки подрастают и уходят потом в океан. Вечером так же можно организовать сафари на лодке по реке, по мангровым зарослям. Это такие тихие болотистые места на реке, впадающей в океан. В зарослях живут всякие разные гады и насекомые, по берегам сидят вараны, в реке лениво двигаются рыбы. Настоящая экзотика - и абсолютно безопасная. По желанию туристов посещение Сада специй, где можно посмотреть как растут специи, как заготавливают кари и корицу, перец, имбирь и др. А так же можно посетить массажный салон, где вам сделают аюрведический массаж. В течение дня - обучение и катание по волнам на боди-серфе. Для отважных – настоящий серфинг, все для него можно взять на месте напрокат. Уроки обучения серфингу тоже можно прямо здесь (за дополнительную плату). Но надо 2-3 дня, чтобы освоить искусство управления сёрфом. Вечером можно прогуляться по побережью и посидеть в многочисленных кафе и ресторанах Хиккадувы.



Ночью( в 2 ч ) выезжаем из отеля в Хиккадуве в аэропорт. В 9:20 утра - вылет Катарскими авиалиниями или Эмирэйтс.

Туристы по желанию, заранее обговорив это, могут остаться на побережье еще на несколько дней пляжного отдыха в Хиккадуве.

## **В стоимость тура входит**

- полное сопровождение русскоговорящим гидом Альпиндустрии;
- питание: завтраки в отелях по программе, (кроме Делхауза);
- проживание на базе 2-местного размещения, в небольших отелях 1-2\* или гестхаусах, во время шестидневной поездки по острову
- проживание в 2-местном номере в уютном отеле (2\*), расположенном прямо на берегу океана в Хиккадуве.
- сафари в национальном парке Яла
- посещение черепаховой фермы в Хиккадуве
- прогулка на лодке по мангровым зарослям в Хиккадуве
- экскурсия на шахту по добыче «лунного камня»
- спуск в шахту по добыче сапфиров и топазов в Ратнапуре(осмотр и фото сверху)
- посещение комплекса «Сигирия» или посещение пещерного монастыря в Дамбуле
- восхождение на Шри-Паду - святую гору Шри-Ланки
- посещение «храма четырех религий» в Амбулувава

- посещение ботанического сада в Перадени
- посещение слоновьего питомника в Пиннавала
- сплав на рафте по реке Келания Ганга
- посещение гигантских статуй «Сидящего Будды» в Диквелле и Матара
- прогулка по форту Галле
- снорклинг (ныряние с маской) в Хиккадуве
- бодисерфинг (катание на волнах) в Хиккадуве
- групповой трансфер из аэропорта и обратно (микроавтобус с кондиционером)
- все переезды по программе внутри страны (микроавтобус с кондиционером)
- все входные билеты и разрешения на посещения объектов
- использование специального снаряжения: для рафтинга (спасательный жилет, каска, весло), для кораллового рифа (ласты, маска, трубка), для обучения серфингу (боди-серф доска)

## **В стоимость тура не входит**

- авиа перелет: Москва-Коломбо-Москва, около. 30 тыс. рублей
- виза при въезде в Шри-Ланку, 25 USD - ставится в а/порту по прилету при наличии заранее полученного разрешения на получения визы (20 USD) в посольстве Шри-Ланки в России на сайте <http://eta.gov.lk/slvisa/>
- номер с кондиционером (при желании) - доплата порядка 30\$/ночь за двухместный номер)
- дополнительное проживание на океане, сверх программы тура- 40-45\$ в день, оплата на месте

## **Нить маршрута**

Негомбо – Канди– Сигирия – Дамбулла- Канди - гора Шри-Пада (2 243м) -р. Келания–Ганга – Ратнапура  
-водопады - шахты – нацпарк Яла- южный берег – Хиккадува-Негомбо

## **Необходимые документы**

Действующий не менее 6 месяцев на день окончания поездки загранпаспорт.

**ВНИМАНИЕ!** С 1 января 2012 года Шри-Ланка меняет правила въезда в страну. Визы по прилете в аэропорту будут выдаваться лишь тем туристам, которые заранее подали заявку через интернет. Запрос на получение визы оформляется на сайте посольства <http://eta.gov.lk/slvisa/>. Предполагается, что заявление будет рассматриваться до 72 часов. Сбор за выдачу разрешения составляет \$20.

## **Погода**

день +28...+33, ночь +22...+25,

(в горах на трекинге днем +18...+25, ночью до +15).

## **Предполагаемые дополнительные траты**

- участие в ночной океанской рыбной ловле - 15\$, оплата на месте
- стол из экзотических морепродуктов (по желанию, лобстер, крабы, королевские креветки, кальмары) - около 30\$, оплата на месте
- стол из экзотической океанской рыбы (по желанию, барракуда, тунец, рыба-парус) - около 25\$, оплата на месте.
- трансфер в аэропорт (микроавтобус с кондиционером), только при дополнительных днях, или прибытии/убытии вне расписания - 70\$ за одну поездку.
- аренда скутера (мотороллера, права не требуются, расход бензина-2л на 100км) - 5\$ в день, оплата на месте.

## **Условия проживания**

- Во время

шестидневной поездки по острову группа размещается в отелях, в двухместных номерах.

-В Негомбо и Хиккадуве - в маленьких семейных отелях на берегу океана, в двухместных номерах.

Отели простые, но чистые и аккуратные. Номера без кондиционеров.

За дополнительную плату, при наличии свободных мест,

можно взять комнату с охлаждением,

но стоит помнить что кондиционер, помимо того, что способствует простуде из-за резких перепадов, также усложняет процесс адаптации к местному климату.

Во время путешествия по острову возможности одноместного размещения как правило нет. Если есть необходимость, то заявки делаете предварительно.

## **Питание**

Питание в ходе шестидневной поездки по острову - завтрак. Особенностью питания является национальная кухня, адаптированная под европейский вкус: меню - рис, много добавок из кокоса и овощей, рыба, курица, яйца. Во время «океанской» части программ питание в стоимость не включено.

## **Обслуживающий персонал**

-В течение всего путешествия по острову и во время активной части программы с группой работает гид "Команды приключений Альпиндустрия".

-Во время шестидневного путешествия по острову группу обслуживает местный водитель.

## **Медицина**

Гид будет иметь групповую аптечку, но участником путешествия так же рекомендуется иметь свои личные медикаменты

## **Важные мелочи, которые также пригодятся в путешествии по Шри-Ланке:**

- средства от комаров для тела (спрей или карандаш) и для помещений (фульмигатор с жидкостью или пластинками), все можно купить на месте
- крем от солнца, самый сильный(можно купить на месте)
- аспирин шипучий, с вит "С", отлично помогает в первые дни переносить жару и духоту
- личная аптечка и средства личной гигиены
- налобный фонарь
- влажные салфетки для рук

## **Транспорт**

Перелет до Коломбо (аэропорт Негомбо) авиакомпаниями

Этихад (через Абу-Даби, авиа дилер IMS-Service), Катарские авиалинии (через Доху, авиа дилер ТК МИР ТРЭВЕЛ, IMS-Service),  
и Emirates (через Дубаи, авиа дилер IMS-Service)

Все переезды по программе- на комфортабельных микроавтобусах.

## **Важно!**

Даты заездов могут меняться незначительно, в зависимости от расписания авиаперевозчика.

## **Нить маршрута (карта)**

Просмотреть увеличенную карту