



L'ASSOCIAZIONE CULTURALE "CIRCOLO ELEDREA"
ORGANIZZA PER I SOCI ARCI UN VIAGGIO IN

Sri Lanka (isola di Ceylon)



Dal 9 al 23 marzo 2013
- 15 giorni -

Lasciando l'isola di Andoman e navigando mille miglia, un po' a sud-ovest, il viaggiatore raggiunge Ceylon, che è senza dubbio l'isola più bella del mondo.

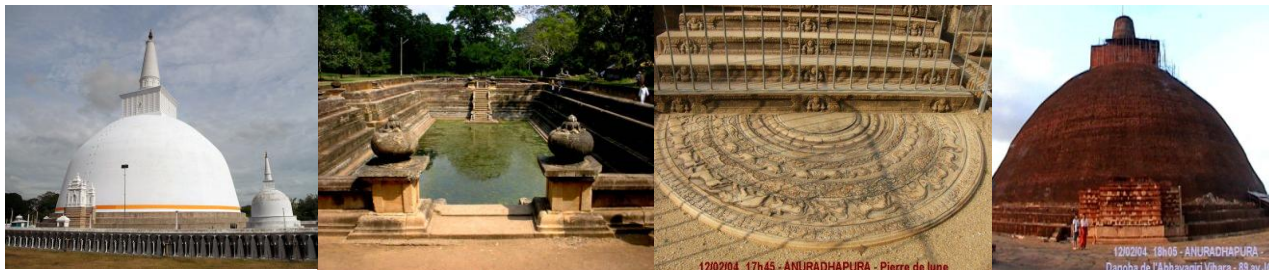
Marco Polo

Natura spettacolare e rigogliosa, siti archeologici, cultura ultramillenaria, religione a larga maggioranza buddhista, affascinanti minoranze etniche.

Programma di massima

1° GIORNO: sabato 9 marzo - PARTENZA

Alle ore 06,00 ritrovo all'aeroporto di Alghero. Partenza per Roma ore 06,45. Alle ore 15,45 ci imbarcheremo, con un aereo della compagnia aerea Srilankan Airlines per Colombo. **Pernottamento a bordo.**



2° GIORNO: domenica 10 marzo - Colombo (aeroporto) - Anuradhapura - Sigiriya

Arrivo a Colombo alle 5,50 e, dopo le formalità doganali, partiremo verso Anuradhapura, antica capitale (per oltre 1400 anni) dell'isola. La città fu fondata nel 5° secolo A.C. Dopo l'introduzione del buddhismo - nel 3° secolo A.C. - iniziò nel paese una nuova era che incoraggiò ovunque lo sviluppo della cultura, dell'arte e dell'architettura. Sorsero in quel periodo decine di templi e dagoba (contenitori di reliquie), ma, desta impressione quello che ancora rimane dei laghi e canali artificiali, sculture di pietra che testimoniano una storia "importante".

Si prosegue per Sigiriya. **Cena e pernottamento**



3° GIORNO: lunedì 11 marzo - Sigiriya - Polonnaruwa - Sigiriya

Dopo colazione partenza per Polonnaruwa, capitale medioevale dello Sri Lanka. Polonnaruwa è, tra il X e il XII una delle città più belle ed organizzate. Durante questo periodo ci fu un grande miglioramento del sistema irriguo, ancora adesso in questa regione, grazie a quel sistema, si ha il miglior raccolto di riso. Le rovine della città testimoniano ancora un perfetto connubio fra scienza, cultura e religione cingalese e tamil. Si potranno scoprire le bellezze dell'arte antica indù, la splendida architettura e l'armonia delle sculture in pietra, fra tutte spicca il capolavoro rappresentato dalle statue di Buddha di Gal Viharaya.

Nel pomeriggio, in jeep, visiteremo il Parco nazionale di Minneriya. Questo Parco, di 8889 ettari di estensione, è famoso per la vasta popolazione di elefanti in branchi da 100 a 150 in giro nella giungla e nel bacino idrografico del lago.

Sono registrati nel Parco elefanti, bufali selvatici, cinghiali, cervi maculati, Sloth Bear, Sambhur, leopardi, coccodrilli, sciacalli, 9 tipi di anfibi, 25 specie di rettili, 160 specie di uccelli, 26 varietà di pesci e 78 varietà di farfalle.

Rientro in albergo. **Cena e pernottamento**



4° GIORNO: martedì 12 marzo - Sigiriya -

Dopo colazione partenza per visitare la **fortezza rupestre di Sigiriya**. Sicuramente uno dei principali siti dell'isola. E' anche conosciuta come la "**Lion Rock**" a causa di un enorme leone costruito all'estremità settentrionale, di cui ora si vedono solo le zampe. L'enorme rocca è alta 200 metri, la salita verso la meta è agevolata da scalini panoramici(!). A metà salita, lungo un ballatoio coperto e scavato nella roccia, si potranno ammirare dipinti di bellissime donne. In cima alla rocca si trovano le fondamenta di quelli che una volta dovevano essere sontuosi palazzi, con giardini e piscina. Una volta ridiscesi, visiteremo la giungla circostante a dorso d' elefante.

Nel pomeriggio faremo una visita al vicino villaggio di **Digampatha**. Potremo vedere da vicino come si svolge la tranquilla vita della popolazione locale, le coltivazioni tradizionali nei campi di riso, i piccoli mercati, gli arcaici mezzi di trasporti ed, infine, la spiritualità nel tempio.

Rientro in albergo. **Cena e pernottamento**



5° GIORNO: mercoledì 13 marzo - Sigiriya - Dambulla - Kandy

Dopo la colazione partiremo per **Kandy**, la seconda città dello Sri Lanka. Durante il percorso, a circa 20 km. da Sigiriya, sosterramo a **Dambulla Rock**. Qui si trova un tempio rupestre risalente al I secolo AC.

Ci sono cinque grotte che contengono 150 immagini di Buddha. La grotta più grande è lunga 50 metri e alta 6. Nella prima grotta c'è un Buddha disteso lungo 15 metri, nella seconda ci sono numerose grandi figure di divinità hindu. Tutte le grotte sono affollate di immagini di Buddha in varie posizioni e decorate a colori vivaci, con affreschi che illustrano la vita di Buddha e avvenimenti della storia singalese.

Kandy si trova ad un'altitudine di 488 metri, nel centro dell'isola, ed è circondata da catene di monti.

E' il luogo dove si conserva più intatta la cultura tradizionale dello Sri Lanka. E' stata la capitale fino al 1815, quando gli inglesi conquistarono la città.

All'arrivo visiteremo il **Tempio del Dente di Buddha**, dove vi si recano buddhisti da tutto il mondo per venerare la reliquia. Assisteremo quindi allo spettacolo di danze tradizionali, compresa la "camminata sui carboni ardenti". Arrivo in albergo. **Cena e pernottamento.**



6° GIORNO: giovedì 14 marzo - Kandy - Peradeniya - Kandy

Dopo la colazione si inizia la visita al **giardino botanico di Peradeniya**, considerato tra i migliori del mondo. E' stato creato nel 1374 come giardino di delizie per il re di Gampola e Kandy. Nel giardino sono presenti più di 5.000 piante, alberi e fiori; tutte quelle autoctone dell'isola più alcune specie rare provenienti da tutto il mondo tropicale. All'interno del giardino botanico potremo vedere anche il **Giardino delle Spezie** e la **Case delle Orchidee**. Resto della giornata a disposizione per shopping. **Cena e pernottamento**



7° GIORNO: venerdì 15 marzo - Kandy

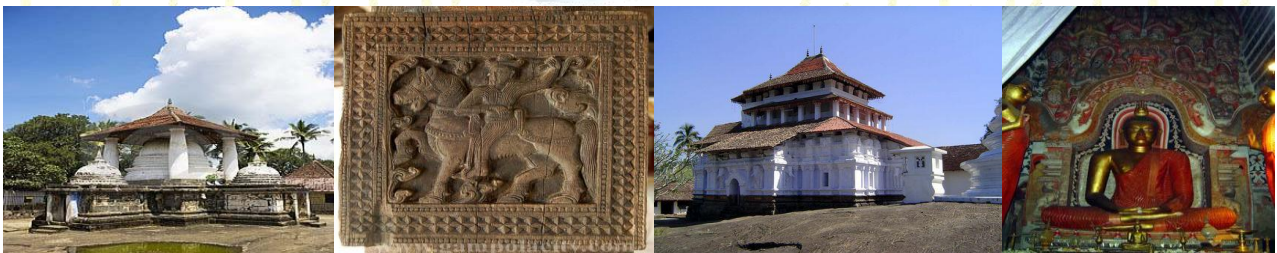
Dopo la colazione, visita della città. La visita di alcuni templi ci porterà in periferia, nei dintorni di Kandy, offrendoci la possibilità di conoscere un po' di vita di campagna e un altro aspetto della cultura di questo paese, quello religioso. Inizieremo con **Ambekke Devale**, passando per il villaggio omonimo, dopo circa un chilometro di piacevole camminata arriveremo al tempio che risale al XIV secolo. La caratteristica di questo tempio sono gli splendidi pilastri in legno scolpito. Un altro chilometro e mezzo di passeggiata lungo un sentiero tra le risaie e, d'improvviso, ci troviamo di fronte al **tempio di Lankatilake**, costruito su una sporgenza di roccia. Il tempio si raggiunge salendo gli scalini scolpiti nella roccia stessa. E' un tempio hinduista con annesso un tempio buddhista. Al suo interno una bella statua di Buddha e dipinti murali. All'esterno ci sono statue d'elefanti in pietra.

Con altri tre chilometri di passeggiata si arriva al **Tempio di Gadaldeniya**. Questo tempio buddhista, con una parte hinduista, è costruito anch'esso su una sporgenza di roccia. Una pietra di luna segna l'ingresso del santuario principale. Si rientra quindi a Kandy per il pranzo e di seguito tempo a disposizione per shopping. **Cena e pernottamento.**



8° GIORNO: sabato 16 marzo - Kandy - Nuwara Eliya

Dopo colazione partiremo per **Nuwara Eliya**. Durante il trasferimento ci fermeremo a visitare le splendide e classiche piantagioni di the, con annessa fabbrica di confezionamento. La città è situata a 1889 metri s.l.m., il nome significa "città della luce". Bisogna tenere conto che il mattino presto e la sera fa fresco! E' stata la stazione montana preferita dagli inglesi, che hanno lasciato il loro inconfondibile stile architettonico di fine '800. A sud della città c'è il **lago Gregory**, meta di piacevoli passeggiate nella natura. Il fascino del luogo, oltre all'atmosfera della tipica campagna inglese, sta soprattutto nella natura che, a marzo, risplende di più con le bellissime fioriture. Immediatamente a nord della città si trova il **Mt Pedro**, conosciuto anche come **Pidurutalagala**, che è la montagna più alta dello Sri Lanka con i suoi 2.524 metri. **Cena e pernottamento**



9° GIORNO: domenica 17 marzo - Nuwara Eliya - Horton Plains - Nuwara Eliya

Dopo la colazione andremo a visitare gli **Horton Plains**, una grande riserva naturalistica a circa 20 chilometri da **Nuwara Eliya**. Gli **Horton Plains** sono un altopiano ondulato a oltre 2000 metri d'altezza. I prati sono spesso interrotti da foreste, in un ambiente silenzioso e bellissimo. La caratteristica più famosa e spettacolare è **World's End** (la fine del mondo), dove la parte meridionale degli Horton Plains finisce improvvisamente in un ripido precipizio di 700 metri. Questo è uno degli spettacoli più imponenti dello Sri Lanka. Nuvolosità permettendo, da alcune zone, la nostra vista ci porterà a vedere il mare. Vedremo limpidi torrenti, cascate, montagne coperte di giungla e bellissime fioriture. Potremo

avvistare aquile nere, gazze blu e altri rari uccelli; occasionalmente si possono incontrare leopardi e cervi jackels.

Rientro nel pomeriggio a Nuwara Eliya. **Cena e pernottamento.**



10° GIORNO: lunedì 18 marzo - Nuwara Eliya - Yala

Dopo la colazione partiremo per **Yala**, Durante il trasferimento, faremo un'escursione nel grande **parco naturalistico di Yala**, riconosciuto come uno dei migliori parchi al mondo per osservare e fotografare i leopardi. Il parco si estende su una superficie di oltre 100.000 ettari ed è diviso in cinque blocchi.

La zona più visitata è il blocco uno in quanto è presente la più alta densità di leopardi. La zona Yala ovest è costituita da fitta foresta, lagune salmastre e monoliti mozzafiato. Il suo bordo orientale è delimitato dalla costa. Nel parco, che visiteremo in jeep, si trovano numerose specie di animali, dai coccodrilli agli elefanti, alcune specie di scimmie, giganteschi pitoni e una varietà incredibile di coloratissimi uccelli. Dopo l'arrivo in hotel, **Cena e pernottamento.**



11° GIORNO: martedì 19 marzo - Yala - Galle - Bentota

Dopo la colazione partiremo per **Bentota**. Lungo il percorso sosteneremo a **Galle**, la quarta città dello Sri Lanka, situata a poco più di 100 km da **Colombo**. Galle è la città "vivente" storicamente più interessante dell'isola. Gli storici ritengono che Galle sia la Tarshish dei tempi biblici - dove re Salomone ricevette pietre preziose, spezie e pavoni. E' stata prima conquistata dai portoghesi, in seguito dagli olandesi, i quali costruirono una cittadella fortificata di 36 ettari, che esiste tuttora in condizioni quasi perfette. Si respira ovunque l'atmosfera ovattata del periodo coloniale.

Arrivo a **Bentota**. Località marina, con dintorni di interesse naturalistico. **Cena e pernottamento.**



12° GIORNO: mercoledì 20 marzo - Bentota

Dopo la colazione. Avremo a disposizione la giornata per due interessanti escursioni. Faremo dapprima una crociera in barca sul **Madu river**. Confina col villaggio costiero di **Balaptiya** e scorre tra la natura di incomparabile bellezza, centinaia di isolotti, alcuni dei quali ospitano villaggi di pescatori tradizionali, mangrovie, uccelli acquatici tra il verde abbagliante. Nell'estuario, dove si trova uno degli ultimi tratti di foresta di mangrovie incontaminata dello Sri Lanka, la natura ricchissima, ospita 303 specie di piante appartenenti a 95 famiglie e 248 specie di animali vertebrati, Un ecosistema prezioso, attualmente

oggetto di numerosi studi e ricerche, Proseguiremo la giornata visitando il **Turtle hatchery**, il vivaio di tartarughe marine. Resto della giornata a disposizione per relax al mare. **Cena e pernottamento.**



13° GIORNO: giovedì 21 marzo - Bentota - Colombo

Dopo la colazione, buona parte della giornata a disposizione per relax in spiaggia. Nel pomeriggio inoltrato si parte per **Colombo**. All'arrivo **cena e pernottamento.**



14° GIORNO: venerdì 22 marzo - Colombo

Dopo la colazione, inizia la visita alla città, che durerà l'intera giornata. Naturalmente la parte più interessante riguarderà la zona coloniale. Colombo ha avuto, nell'ordine, la dominazione portoghese, olandese ed infine britannica. **Fort**, o Colombo 1, nel periodo portoghese e olandese, era veramente un forte, oggi è semplicemente il cuore della città e, se non fosse per i palazzi coloniali e il bazar si potrebbe scambiare per una qualsiasi grande città occidentale. Visiteremo i **Cinnamon Gardens**, un tempo coperti da piantagioni di cannella, ora zona chic residenziale. Visiteremo lo splendidi **Viharamahadevi Park**, fioritissimo a marzo, il **Museo Nazionale**, Proseguiremo per il **Tempio di Isipathanaramaya**, notevole per i bellissimi affreschi. Vedremo qualche tempio hindu come il **Kovil Kathiresan** e altri dai nomi impronunciabili..... A fine giornata, dopo essere passati in albergo per rinfrescarsi, ceneremo e c i dirigeremo verso l'aeroporto per la partenza,

15° GIORNO: sabato 23 marzo - Colombo - Roma/AHO

Alle 01,15 rendiamo l'aereo per Roma, dove arriveremo alla 7,15. L'aereo per Alghero partirà alle 9,20, mentre gli altri proseguiranno per la propria destinazione finale.

Quota di partecipazione *

Da 15 a 19 persone	€ 1.853,00
Da 20 a 24 persone	€ 1.696,00
Da 25 a 30 persone	€ 1.609,00

Supplemento singola € 330,00

* *al momento della definizione delle quote (13/10/12), il costo del biglietto aereo è abbastanza indicativo, ma il costo effettivo si potrà avere solo al raggiungimento del numero minimo di partecipanti, solo così, con la conferma della prenotazione, si potrà avere il costo per gruppo. Il costo del biglietto aereo, come si sa, è in stretta relazione ai posti disponibili su quel volo.*

La quota comprende

- i voli Alghero/Roma/Colombo/Roma/Alghero;
- transfer e tutti gli spostamenti nello Sri Lanka con bus privato a/c;
- safari a Minneriya in Jeep (6 persone per veicolo);
- escursione in elefante;
- Safari nel parco di Yala;
- crociera sul fiume Madu;
- visita all'allevamento di tartarughe;
- pensione completa con sistemazione in camere doppie;
- guida/accompagnatore parlante italiano;
- accompagnatore dall'Italia (Capo Gruppo);
- miniguia turistica, curata dal Circolo "Eledrea".

La quota non comprende:

- le tasse aeroportuali intercontinentali;
- tasse per visto d'ingresso (attualmente intorno ai 25 USD);
- le mance ad autisti e guide;
- l'assicurazione (non obbligatoria) - prezzo da definire (intorno ai 15 €);
- la tessera ARCI;
- tutto quello non previsto nel "le quote comprendono".

***) Per i partecipanti provenienti dalla penisola, o/e che con propri mezzi giungono all'aeroporto di Fiumicino, il costo diminuisce di 150 €.

Pagamento delle quote:

Al momento dell'adesione è necessario versare 850 €. E' necessario eseguire un bonifico sul conto intestato CIRCOLO CULTURALE ELEDREA - presso l'Agenzia n° 3 della Banca di Sassari S.p.A. (viale Italia 1, 07100 Sassari).

Coordinate bancarie:

conto corrente n° 000070017725

- ABI : V 5676

- CAB : 17206

Cod. IBAN

I	T	0	6	V	0	5	6	7	6	1	7	2	0	6	0	0	0	0	7	0	0	1	7	7	2	5
---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

Il saldo dovrà essere versato entro un mese dalla partenza.

L'adesione potrà essere effettuata entro e non oltre il 10 gennaio 2013 e, in ogni caso, scadrà al raggiungimento della quota di 30 partecipanti.

Documenti: per l'ingresso nello Sri Lanka è richiesto il passaporto con una validità residua di almeno sei mesi.

Per informazioni e prenotazioni rivolgersi al Circolo Eledrea

Tel./fax: 079 557 41 62 - 333 6596074 -

e-mail: eledrea.circolo@virgilio.it sito web www.circoloeledrea.com

"IL VIAGGIO"

Qui di seguito cercherò di richiamare l'attenzione su gli aspetti generali derivanti dai cosiddetti "Viaggi di Gruppo", oltre a qualche nota particolare sullo **Sri Lanka**.

Il viaggio nei paesi di questo tipo (per alcuni versi considerati "in via di sviluppo"), presuppone la consapevolezza che si potrebbe andare incontro ad alcuni imprevisti, come ad esempio il cambiamento improvviso dei voli, limitati cambiamenti di programma originati dalla più svariate motivazioni, etc...Se dovesse succedere, ciò non dovrebbe essere motivo sufficiente per rovinare il nostro viaggio. Infatti la molla principale per affrontare con lo spirito giusto e collaborativo eventuali "fuori programma" dovrà sempre essere la curiosità ed il desiderio di conoscenza di civiltà così diverse dalla nostra. L'Oriente, col suo fascino millenario susciterà sicuramente emozioni forti, che, inevitabilmente, si scontreranno col nostro immaginario se, come spesso succede, non troveranno perfetta corrispondenza con esso. La nostra apertura mentale sarà, in ogni caso, preziosa per conoscere ed apprezzare civiltà e modi di vita così diversi dai nostri, e questo, oltre a dover essere sempre considerato un arricchimento, è il giusto spirito, indispensabile per la buona riuscita del "proprio" viaggio e quello degli "altri". Lo Sri Lanka, a causa della posizione geografica che la fa apparire come un'escrescenza dell'India, viene immaginato come un tutto unico con l'India. Niente di più sbagliato. Lo Sri Lanka differisce prima di tutto morfologicamente, culturalmente e storicamente. La prima evidenza è che è un paese a larghissima maggioranza buddhista, e da questo ne consegue un diverso approccio al mondo. Inoltre la natura è un concentrato di paesaggi mozzafiato, rigogliosissima e, evidentemente, molto più rispettata rispetto all'India, sicuramente a causa del sovraffollamento di quest'ultima. Tuttavia non mancano di certo i colori vivaci dei sari, che gareggiano con le splendide fioriture che si possono ammirare un po' ovunque. Il ritmo della vita qui è molto più tranquillo e spesso si può assistere a manifestazioni di commovente spiritualità: questo ultimo aspetto è comune anche all'India. Il viaggio in questo paese è un'esperienza particolare perché oltre alla visita degli interessanti siti archeologici come **Anuradhapura** e **Polonnaruwa**, vedremo antichi e spettacolari luoghi di culto come **Sigiriya** e **Dambulla**, parchi e siti naturalistici come **Minneriya**, **Horton Plains** e **Yala**. Visiteremo a fondo l'antica capitale di **Kandy** e i suoi dintorni ed infine **Galle** e **Colombo**. Dopo sarà possibile inoltre, cercheremo di conoscere più da vicino la cultura rurale, visitando piantagioni e piccoli villaggi

Nella guida curata dal Circolo Eledrea, oltre ai consueti cenni storico-geografici e dettagliate notizie sui luoghi che visiteremo, verranno riportate ulteriori raccomandazioni pratiche per affrontare al meglio il viaggio.

La comitiva verrà accompagnata dal Capo Gruppo. Per tutti, sarà lui l'unico referente incaricato dall'Organizzazione. Ogni problema che dovesse sorgere durante il viaggio sarà compito del Capo Gruppo cercare di risolverlo. E' preferibile che ogni componente del gruppo si relazioni con lui per manifestare qualsiasi tipo di problema, così che non sia, in alcun modo, influenzata la serenità del gruppo. Lo stesso Capo Gruppo, e solo lui, si occuperà di relazionarsi con la "guida/accompagnatore" o con il responsabile organizzativo del luogo, per tutte le questioni di carattere logistico/organizzative. In ogni caso verrà assicurato il massimo interesse ad accogliere osservazioni, ma è inevitabile che solo il Capo Gruppo, avendo la responsabilità del viaggio, avrà la facoltà finale di decidere.

Gian Piero Ibba

HOTELS

SIGIRIYA	<i>Kassapa Lions Rock</i>
CANDY	<i>Suisse</i>
N. ELIYA	<i>Galway Forest</i>
YALA	<i>Taprospa Tissa</i>
BERUWELA	<i>Taprospa Beach</i>
COLOMBO	<i>Pegasus Reef</i>