



"La isla esmeralda"

---

**SRI LANKA**

---

[www.camino4.es](http://www.camino4.es)





## ¿Por qué viajar a Sri Lanka?

Con una cultura fascinante, hermosos paisajes, rica historia y personas amables y acogedoras, Sri Lanka es un maravilloso lugar para explorar y para explorarse.

Antiguas ciudades, templos-cueva, hermosas regiones montañosas vestidas con plantaciones de té, vida silvestre, hermosas playas bordeadas de palmeras, espiritualidad, sosiego, serán los ingredientes de este viaje por la Isla Esmeralda.



---

**HAZ  
TU PROPIO VIAJE**

---

## **Viajes por lo interior y por lo exterior.**

La vida es una gran invitación a gestionar instantes, acontecimientos, emociones, relaciones, y un viaje puede convertirse en un poderoso laboratorio de ensayo hacia un aprendizaje para la vida cotidiana.

Desde esta perspectiva, proponemos viajes que apoyan la intención a una gestión diferente de la habitual, más consciente, madura, responsable, silenciosa. Aparentemente, viajamos para visitar lugares, mas en lo profundo nos adentramos en la posibilidad, si se desea, de percibir el viaje como un fragmento de vida en el que podemos ensayar nuevas formas de gestionarnos a nosotros mismos y a los eventos de la vida, nuevas actitudes, nuevas respuestas, un nuevo pensar, hasta llegar a sentir que en realidad "no eres tú el que visitas, sino que tú eres visitado".

Sri Lanka es un espacio ideal donde re-definir el concepto de espiritualidad; algo que no se hace, sino que sucede a cada instante. Lo que buscamos con estos viajes es llevar a cabo esta exploración. Hay tanto para ser visitado por esta pequeña isla...





---

# SRI LANKA

---

## Visitando

Negombo, Anuradhapura,  
Mihintale, Nilaveli,  
Uppuveli, Trincomalee,  
Polonnaruwa, Sigiriya,  
Ritigala, Danbulla,  
Kandy, Ella,  
Tangalle, Colombo.



---

## ITINERARIO

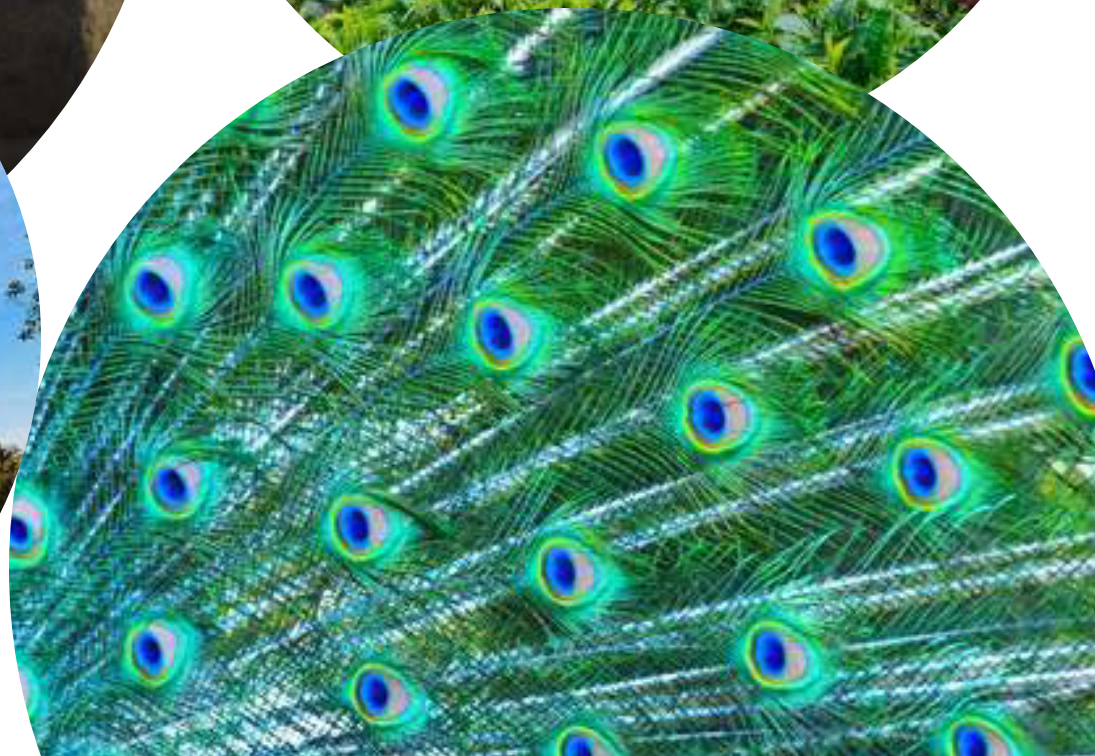
---

Del  
2 al 18 de agosto  
de 2018.

- Día 1 (2 de agosto)  
**Vuelo España - Colombo (Sri Lanka).**  
Primera reunión grupal y bienvenida en Negombo (Se concretará la hora de la reunión de bienvenida).
- Día 2 (3 de agosto)  
**Negombo - Anuradhapura.**  
Hoy viajaremos en autobús a la ciudad de Anuradhapura, cuyas ruinas, Patrimonio de la Humanidad, son una de las vistas más evocadoras del Sur de Asia. El extenso complejo contiene una rica colección de maravillas arqueológicas y arquitectónicas: enormes pagodas, altas torres de ladrillo, estanques, templos desmoronados... Algunos de estos templos aún son utilizados para ceremonias sagradas.
- Día 3 (4 de agosto)  
**Anuradhapura.**  
Día para explorar los numerosos lugares que componen este enorme parque arqueológico.
- Día 4 (5 de agosto)  
**Anuradhapura - Mihintale - Nilaveli.**  
Hoy visitaremos la colina de Mihintale, cuna del Budismo en Sri Lanka, a la que se sube por unas escaleras de granito de 1.840 peldaños. Mihintale fue un sitio dinámico de monasterios Budistas hace 2000 años y que hoy continúa atrayendo a miles de peregrinos.  
Llegaremos hasta la zona costera de Nilaveli al atardecer.







- Día 5 (6 de agosto)

**Nilaveli.**

Kilómetros de costa para hacer... nada. Arenas blancas, aguas cristalinas, nadie a la vista. Nilaveli es un paraíso para descansar; tiempo para ti.

- Día 6 (7 de agosto)

**Nilaveli.**

Estancia de relax en Nilaveli. Posibilidad de visitar la playa cercana y más animada de Uppuveli o la ciudad de Trincomalee, que cuenta con un bello puerto natural donde a menudo se avistan ballenas. También se puede navegar hasta el Parque Nacional Pigeon Island y sus jardines de coral, que cuentan con más de cien especies de peces tropicales y pequeños tiburones de punta negra. Esta zona es probablemente el mejor lugar para buceo y snorkel en Sri Lanka. Posibilidad durante el día de "hacer" o de "no-hacer".

- Día 7 (8 de agosto)

**Nilaveli - Polonnaruwa - Sigiriya.**

Hoy nos adentramos nuevamente en el llamado "triángulo cultural", viajando a Polonnaruwa, una de las antiguas capitales de Sri Lanka cuando era un vibrante centro religioso y comercial. La gloria de aquellos tiempos se siente en los tesoros arqueológicos de este parque delicioso para explorar y da una idea de cómo era la ciudad. Pernoctaremos en Sigiriya.









- Día 8 (9 de agosto)

### **Sigiriya.**

Hoy será un día de deleite. Alzándose sobre la llanura se erige una fortaleza-palacio en lo alto de lo que fue un volcán a 370 m. de altura: la Roca del León. Sigiriya no muestra sus secretos fácilmente. Al sitio se accede por una serie de galerías y escaleras que salen de las fauces de un colosal león construido con ladrillos y yeso, y que el visitante debe subir antes de verse recompensado con las impresionantes vistas que hay en la cima, una gran explanada sobre la que se conservan numerosos restos arqueológicos. Hoy subiremos a este impresionante enclave.

Para los que lo deseen, no muy lejos se encuentra otro mirador privilegiado, dicen que el mejor de toda la isla: Pidurangala. Esta roca tiene una sensación más natural, a pesar de que también alberga un templo con un enorme Buda recostado. Las vistas desde arriba no tienen palabras.... Todo un regalo. Subiremos también.



- Día 9 (10 de agosto)

**Sigiriya - Ritigala - Dambulla - Sigiriya.**

Hoy tendremos un día completo en lugares hermosos y especiales. Las ruinas del monasterio de Ritigala en medio de la jungla son todavía un misterio, pero se cree que era una comunidad de monjes viviendo en soledad y en la quietud de la naturaleza. Es una perla escondida, un tesoro ecológico y cultural por descubrir.

El hermoso templo-roca de Dambulla es una imagen icónica de Sri Lanka. A pesar de su aire ligeramente comercial, este sigue siendo un importante lugar sagrado imperdible. Cinco cuevas separadas contienen alrededor de 150 estatuas y pinturas de Buda absolutamente impresionantes, algunas de las más importantes y evocadoras del arte religioso de Sri Lanka. Las imágenes de Buda fueron creadas aquí hace más de 2000 años, y durante los siglos posteriores, los reyes agregaron y embellecieron el arte rupestre. Volveremos a Sigiriya al atardecer.

- Día 10 (11 de agosto)

**Sigiriya - Kandy.**

Hoy viajaremos a Kandy, ciudad sagrada para el Budismo, ubicada en una meseta rodeada de montañas cubiertas de plantaciones de té y selvas tropicales con una rica biodiversidad. En el corazón de la ciudad está el pintoresco Lago Bogambara, un lugar ideal para pasear. Kandy cuenta con jardines, bazares, y lugares sagrados como el Templo del Diente de Buda (Sri Dalada Maligawa), que guarda una reliquia de Buda: su canino. Tiempo para descubrir esta ciudad.











- Día 11 (12 de agosto)

**Kandy -Ella.**

Hoy Viajaremos en tren para adentrarnos más en el llamado Hill Country hasta el hermoso y tranquilo pueblo de Ella. Se dice que esta ruta ferroviaria es una de las más hermosas del mundo, construida por los británicos en 1864. El paisaje durante el recorrido es impresionante, atravesando cascadas y plantaciones de té. Las colinas son como alfombras verdes con recogedoras de té vestidas con coloridos saris entre ese verdor.

Bienvenid@ a la aldea de montaña favorita de tod@s. Ella es una pequeña y pacífica aldea enclavada en un valle a 1000 m. de altura. Las colinas que la rodean están cubiertas de cultivos de hortalizas, plantaciones de té y campos de arroz, todo lo cual hace que el paisaje sea muy exuberante y verde. En un día despejado, incluso se puede ver el resplandor de los faros a lo largo de la costa sur. Ella es un lugar espectacular para hacer el senderismo. Eso haremos, caminatas fáciles a través de plantaciones de té, templos, cascadas y miradores. Un placer.

- Días 12 y 13 (13 y 14 de agosto)

**Ella.**

Seguiremos durante dos días más descansando y explorando este hermoso enclave. Nos espera un abanico de hermosos paseos a elegir: las cascadas y la cueva de Rawana, el templo-cueva de Rakkhiththakanda Len Viharaya, la factoría de té Uva Halpewaththa, la Roca Ella (Ella Rock), el Pico Little Adam...









- Día 14 (15 de agosto)

**Ella - Tangalle (Playa Marakolliya).**

Hoy tendremos un largo viaje hasta la costa sur para disfrutar nuestros últimos días en Sri Lanka, relajándonos en la hermosa playa de Marakolliya. Imagina manglares que se encuentran con la arena dorada y el mar de color zafiro. Imagínate balanceándote suavemente en una hamaca frente a la playa, sin nada que hacer y con el sonido de las olas y la brisa... La playa aquí es absolutamente impresionante. Desplegándose a lo largo de la costa, esta playa es un tramo aparentemente interminable de suave arena respaldada por palmeras, flores tropicales y manglares. ¡Aquí estaremos!

- Días 15 y 16 (16 y 17 de agosto)

**Tangalle (Playa Marakolliya).**

Disfrutando de este lugar antes de volver a Occidente. Posibilidad de "hacer" (tours a la laguna, pasear, meditar, masajes ayurvédicos, observación de aves, alquiler de kayak, nadar) y también posibilidad de "no-hacer".

- Día 17 (18 de agosto)

**Tangalle - Colombo.**

Hoy llegaremos hasta el aeropuerto internacional de Colombo. Últimas horas en la Isla Esmeralda antes de volver a casa.

Fin del viaje juntos.





---

## DATOS PRÁCTICOS

---

### Precio

**El precio del viaje por persona es de 1120€, e incluye el hotel en habitación compartida (doble, de calidad standard) y los desplazamientos entre poblaciones (taxi, autobús y tren).**

*\* Suplemento por habitación individual: 350€*

El precio **no incluye** los vuelos España-Colombo/Colombo-España, el seguro de viaje obligatorio, el visado, las comidas, las entradas a lugares de interés, los pequeños desplazamientos dentro de las poblaciones o ciudades (tuk-tuk, taxi, etc.), las propinas a guías, conductores de autobús y/o taxistas, ni los gastos extraordinarios que pudieran surgir a lo largo del recorrido y/o por posibles cambios en el itinerario debido a causas imprevistas.

*Hay posibilidad de pagar en cuatro meses sin intereses parte del coste del viaje. Pide información al respecto.*

*El viaje sólo se garantiza si hay un grupo mínimo de 10 personas.*

Coordinaremos la compra de los vuelos, con Madrid o Barcelona como punto de partida y llegada.





## Reservas

Para reservar y asegurar tu plaza es necesario realizar un primer pago de 300€ en el momento de la inscripción. Un segundo pago de 400€ deberá ser realizado antes del 2 de mayo. El coste total del viaje (1120€) debe estar completado el 2 de julio, es decir, un mes antes de la fecha de inicio del viaje.

*\* Una vez realizada la reserva de inscripción, se enviará la información con todos los detalles prácticos y lo que es necesario llevar.*

*\* Posteriormente, y con suficiente antelación a la fecha de salida, convocaremos una reunión presencial o por otro medio disponible (Skype) para aclarar dudas y ultimar detalles.*

## Anulaciones

**La reserva de plaza NO es reembolsable**, pues una vez hecha la inscripción ya se generan gastos, **salvo en el caso de que el viaje sea anulado por parte de los organizadores.**

Cualquier anulación posterior al día 10 de julio sin causa justificada, así como la ausencia del pasajero en la fecha de partida por las causas que fueren, conllevará la pérdida de la cantidad total abonada (1120€).

*Nos reservamos el derecho a realizar las modificaciones que, por el bien del viaje y del grupo, se estimen convenientes a lo largo del recorrido.*



# INFORMACIÓN

(+34) 625 673 231

[info@camino4.es](mailto:info@camino4.es)

[www.camino4.es](http://www.camino4.es)

