

SRI LANKA

# LE MEILLEUR DU SRI LANKA : TRIANGLE CULTUREL, PLANTATIONS DE THÉ & PLAGES IDYLLIQUES

- › Tous les sites incontournables du Sri Lanka
- › Un équilibre parfait entre la culture et la nature, et entre activités et temps libre
- › La rencontre avec les éléphants du parc national d'Udawalawe

À PARTIR DE

**945 €**

DURÉE

9 jours

THÉMATIQUE

En couple / Entre amis

Du triangle culturel aux plages de sable blanc, en passant par les montagnes couvertes de plantations de thé et les parcs nationaux... ce voyage vous invite à [découvrir le meilleur du Sri Lanka](#).

L'aventure commence dans le triangle culturel, au pied Sigiriya, le « Rocher du Lion » : un site archéologique emblématique de l'île, datant d'il y a 2000 ans. Vous découvrirez ensuite d'autres lieux culturels importants du Sri Lanka, comme l'ancienne cité de Polonnaruwa, les grottes de Dambulla ou encore Kandy, dont le temple abrite encore la dent sacrée de Bouddha... Certains de ces sites sont classés au patrimoine mondial de l'UNESCO, et on comprend pourquoi ! Au fur et à mesure de votre voyage, vous comprenez mieux l'histoire et la culture cinghalaises. Puis, vous quittez le triangle culturel et partez vers le Sud en direction des montagnes, pour découvrir une autre facette du Sri Lanka. Des jardins d'épices, des plantations de thé, des rizières, des cascades, une végétation tropicale... vous voyagez au cœur d'une nature luxuriante ! La nature sera encore plus sauvage au parc national d'Udawalawe, où, accompagnés d'un guide naturaliste, vous allez à la recherche des éléphants... Vous terminez votre périple sur les plages de Mirissa, pour recharger les batteries à fond avant de rentrer.

Un voyage facile et varié pour découvrir ce que le Sri Lanka a de meilleur à vous offrir !

## QUAND PARTIR ?

Voici les meilleures périodes pour réaliser ce voyage. N'hésitez pas à demander plus de conseils à nos experts locaux !

janvier

février

mars

avril

mai

juin

juillet

août

septembre

octobre

novembre

décembre

# LE PROGRAMME JOUR PAR JOUR

## JOUR 1

### BIENVENUE AU SRI LANKA ET DIRECTION LE TRIANGLE CULTUREL

- > Transport : 4h
- > Hébergement : Hôtel

Bienvenue au Sri Lanka ! Vous êtes accueillis par votre chauffeur à l'aéroport international de Bandaranaike, et prenez directement la route pour le triangle culturel. Installation dans votre hébergement. Profitez du temps libre pour vous reposer et profiter de la piscine. Diner libre

## JOUR 2

### LE ROCHER DU LION - DÉJEUNER CHEZ L'HABITANT ET LES RUINES DE POLONNARUWA

- > Transport : 2h
- > Marche : 2h
- > Hébergement : Hôtel
- > Repas inclus : Petit-déjeuner & déjeuner

Le matin, court transfert pour l'incontournable site archéologique de Sigiriya. C'est une citadelle construite au Vème siècle après J.C. par le roi parricide Kasyapa. Par des escaliers aménagés en pierre, vous atteignez le sommet du "Rocher du Lion", d'où vous avez une belle vue sur les montagnes et l'immense forêt qui entoure ce "nid d'aigle".

Notre conseil: partez tôt le matin pour profiter de la fraîcheur matinale ! Aussi, tôt le matin, vous aurez moins de monde qu'en pleine journée.

Après ce voyage dans l'histoire, votre chauffeur vous conduit au village de Habarana où vous êtes au milieu de la campagne sri lankaise. Une famille locale vous accueille pour un déjeuner traditionnel. Au menu: la cuisine traditionnelle cinghalaise à base d'épices et de lait de coco.

Vous continuez votre journée avec la découverte de Polonnaruwa, un autre lieu important. Vous visitez ce site tranquillement en vélo, ce qui vous permet d'avoir une approche différente du tourisme classique. A votre rythme, vous découvrez le palais royal, le temple de Shiva et le groupement de temples bouddhistes. Notre conseil : le site est particulièrement joli au moment du coucher du soleil !

## JOUR 3

# TEMPLE RUPESTRE DE DAMBULLA ET BALADE DANS LA NATURE À MATALE

- > Transport : 3h
- > Marche : 2h
- > Hébergement : Hôtel
- > Repas inclus : Petit-déjeuner & déjeuner

Tôt le matin, vous prenez la route pour Dambulla, un ancien monastère rupestre, où les grottes sont creusées dans un énorme bloc de granit. L'ensemble comprend cinq temples rupestres. Dans ces cinq " grottes ", se trouvent plusieurs Bouddhas, ainsi que des fresques sur près de 1 800 m<sup>2</sup>, dépeignant des effigies ou des épisodes de la vie de Bouddha. Après la visite, vous continuez la route vers Matale. Vous pénétrez dans la zone montagneuse centrale de l'île et longez les plantations d'hévéas et les jardins d'épices. Une fois arrivé à Matale avec votre guide local, vous traversez des plantations de poivre, de caoutchouc et de cacao en direction de la rivière Sudu Ganga. Au cours de votre marche, vous découvrirez également un village tamoul et quelques rizières verdoyantes. Après votre déjeuner à Matale, vous poursuivrez votre route vers Kandy, aussi connue comme étant la capitale religieuse du pays. Plus tard dans la soirée, vous visiterez le temple de la Dent de Bouddha, qui a fait la renommée de Kandy.

En option : vous pouvez assister à un spectacle de danse folklorique de Kandy, moyennant un supplément.

## JOUR 4

# RANDONNÉE DES TROIS JOLIS TEMPLES INTIMISTES DE KANDY

- > Marche : 3h
- > Hébergement : Hôtel
- > Repas inclus : Petit-déjeuner

Ce matin en compagnie d'un guide local, vous découvrez à pied la campagne de Kandy. Au cours de votre balade, vous visitez les trois jolis temples intimistes de Gadadeniya, Embekke et Lankathilake. Vous marchez entre les temples, les rizières et les villages pittoresques. Après-midi libre. Si vous le souhaitez, votre chauffeur peut vous conduire au jardin botanique de Peradeniya, l'un des plus beaux de la région.

## JOUR 5

# AU COEUR DES PLANTATIONS DE THE DE NUWARA ELIYA

---

> Transport : 4h

---

> Hébergement : Hôtel

---

> Repas inclus : Petit-déjeuner

---

Vous empruntez une magnifique route de montagne pour vous rendre à Nuwara Eliya, traversant des collines parsemées de plantations de thé. Vous profitez également de superbes vues sur de nombreuses cascades. Si vous le souhaitez, vous pouvez visiter une manufacture de thé en chemin. Vous déjeunerez à Nuwara Eliya ce qui vous permettra de prendre le temps de découvrir cette charmante ville à l'architecture coloniale britannique. L'après-midi, vous partirez pour Ella, un ravissant village de montagne.

## JOUR 6

# BELLE TRAVERSÉE EN TRAIN LOCAL ET BALADE EN TUK TUK DANS LES PLANTATIONS DE THÉ AU LIPTON SEAT

---

> Transport : 4h

---

> Hébergement : Hôtel

---

> Repas inclus : Petit-déjeuner

---

Départ tôt le matin depuis la gare d'Ella pour prendre votre train en direction de Haputale. Cette ligne ferroviaire, construite à l'époque coloniale anglaise, servait principalement à transporter le thé et les épices des régions montagneuses du Sri Lanka vers Colombo, d'où les marchandises étaient expédiées par voie maritime à travers le monde. Ce trajet en train, en compagnie des locaux, est une expérience unique offrant autant en termes d'immersion qu'en termes de paysages. À votre arrivée à Haputale, vous montez à bord d'un tuktuk pour un charmant circuit à travers les plantations de thé jusqu'au Lipton Seat, où vous profitez d'une vue plongeante sur toute la vallée. Si vous le souhaitez, vous pouvez prendre le temps de vous balader au cœur de ces magnifiques paysages à pied. Après cette matinée en pleine nature, vous reprenez la route en direction du Parc National d'Udawalawe.

## JOUR 7

# SAFARI DANS LE PARC NATIONAL DE UDA WALAWE ET LES BELLES PLAGES DE MIRISSA

---

> Transport : 2h

---

> Hébergement : Hôtel

---

> Repas inclus : Petit-déjeuner

---

Réveil matinal pour une exploration en jeep 4x4 du parc national d'Udawalawe, réputé pour ses éléphants. Accompagné d'un guide du parc, vous partez à leur recherche. Outre les éléphants, vous pourrez observer d'autres animaux sauvages tels que des sambars, des buffles, des mangoustes, des crocodiles et des varans. Ce parc abrite également des centaines d'espèces d'oiseaux. Après le safari, vous prenez la route en direction de Mirissa, votre destination balnéaire sur la côte sud de l'île. Temps libre à votre arrivée.

## JOUR 8

# SOLEIL, PLAGE ET DÉTENTE A MIRISSA

---

> Hébergement : Hôtel

---

> Repas inclus : Petit-déjeuner

---

Profitez de cette journée libre pour découvrir Mirissa et ses plages. Les adeptes de sports nautiques ont un large choix d'activités (à réserver sur place).

En option : Effectuez une excursion en mer pour observer les dauphins et les baleines bleues.

## JOUR 9

# RETOUR À L'AÉROPORT DE BANDARANAIKE

---

> Transport : 3h

---

> Repas inclus : Petit-déjeuner

---

En fonction de votre horaire de vol, transfert à l'aéroport. Sur la route, vous faites un arrêt à Galle, ancien comptoir portugais et hollandais, et carrefour stratégique sur la route maritime de la soie. Vous flânez dans les ruelles du vieux quartier et visitez le fort, inscrit au patrimoine mondial de l'UNESCO. Votre chauffeur vous accompagne à l'aéroport. Fin de nos services.

### À NOTER

*Les temps de marche sont donnés à titre indicatif et peuvent varier en fonction de plusieurs éléments : niveau de marche des participants, conditions météorologiques, état du terrain, etc.*

*Les temps de trajets peuvent aussi varier car ils sont dépendants de la condition des routes et de la circulation, ainsi que de la taille du véhicule utilisé.*

# PRIX

## Budget

A partir de 1150€ par personne (sur la base de 2 participants)

A partir de 945€ par personne (sur la base de 4 participants)

Ce budget est indiqué par personne, selon disponibilité et hors vol. Ton agent local te fera parvenir un devis personnalisé avec le prix exact. En effet, ce dernier peut varier en fonction de plusieurs éléments (disponibilité, niveaux de prestations, période, nombre de participants, délai de réservation, etc.).

## Le prix comprend

- Les transferts en véhicule privé et climatisé avec **un chauffeur anglophone**
- L'hébergement avec petit-déjeuner
- Les repas comme indiqués dans le programme
- Les activités et visites comme indiqués dans le programme (**sans les droit d'entrées**)
- Les guides locaux pour certaines randonnées
- La mise à disposition gratuite d'une carte SIM locale qui vous permet d'être en contact avec votre chauffeur et votre expert voyage
- L'assistance de votre expert voyage 24h/24 et 7jrs/7

## Le prix ne comprend pas

- Les vols internationaux
- Les frais de visa (consulter la rubrique "formalités")
- Les repas non mentionnés au programme (environ 5 à 8 €/ repas)
- Les boissons
- Les pourboires et les dépenses personnelles
- Le early check-in et late check out
- Tout ce qui n'est pas marqué dans "le prix comprend"

## À payer sur place

**Les droits d'entrées dans les sites qui sont à payer directement à votre chauffeur.**

# DÉTAIL DU VOYAGE

## Niveau

Niveau 1/5

## Encadrement

A votre arrivée à l'aéroport de Bandaranaike, vous êtes accueillis par votre chauffeur anglophone. Il vous accompagne jusqu'à la fin de votre voyage.

Il est secondé, pour certaines randonnées, par des guides locaux.

En cas d'urgence vous pouvez joindre votre expert voyage 24h/24 et 7jrs/7.

## Alimentation

Gastronomie :

Le " rice and curry " est le plat principal du Sri Lanka. Les currys cuits dans le lait de noix de coco sont plus ou moins pimentés. Vous dégusterez aussi une grande variété de fruits tropicaux : ananas, bananes, mangoustans, fruits de la passion, goyave, papaye...

On trouve aussi d'excellents poissons, des crabes et des crevettes dans les villes du littoral. Essayez les hoppers (petites crêpes servies avec un oeuf, ou avec du miel et du yaourt) et les string hoppers (ce sont des galettes de nouilles à la vapeur)... Le lamprai (riz bouilli ajouté à des légumes et de la viande, et légèrement cuit dans une feuille de bananier) est le plat traditionnel cinghalais.

Le rotti, mélange de toutes sortes d'ingrédients (oeuf, oignons, jambon, piments...) enveloppés dans une sorte de crêpe élastique, est un en-cas que l'on retrouve sur tous les étals.

Durant votre séjour les boissons, y compris l'eau minérale, sont à votre charge. Vous pouvez remplir vos gourdes d'eau mais il est indispensable de la traiter avec des pastilles purifiantes. Evitez autant que possible l'achat de bouteilles en plastique qu'il faut ensuite recycler. Si vous devez acheter de l'eau en bouteille, nous vous conseillons d'acheter des bouteilles de grande contenance et de remplir vos gourdes au fur et à mesure.

## Déplacement

› Itinéraires routiers réalisés en véhicule privatisé (climatisé) adapté à la taille du groupe et au type de terrain.

› Voyage en train : vous effectuez un voyage en train local dans ce programme. Ce voyage authentique permet de voyager avec des locaux et profiter de l'ambiance conviviale cinghalaise. Aussi vous admirez de belles vues sur les plantations de thé et les montagnes de la région. A noter qu'il n'y a pas de possibilité de réserver les places en avance sur ces trains donc nous ne pouvons pas garantir une place assise.

## Budget & change

Monnaie : La roupie sri lankaise.

Reportez-vous sur ce site internet afin de connaître l'évolution du taux au jour le jour

: <http://www.xe.com>

Il est possible de changer vos euros contre de la monnaie locale dans les bureaux de change que vous trouverez dans plupart des lieux touristiques.

Les cartes de crédit sont acceptées dans les grands magasins touristiques et les hôtels. Le retrait en espèces au distributeur avec sa carte visa est possible dans les grandes villes (Colombo, Kandy, Galle...) et dans quelques centres touristiques.

## Bagages

L'ensemble de vos bagages doit être réparti dans 2 sacs :

- › Prévoir un sac de voyage. Pour plus de confort, prenez une valise avec des roulettes Ce sac est transporté par véhicule pendant tout le voyage.
- › Un petit sac à dos (contenance environ 40l) pour vos affaires quotidiennes : gourde, lunettes, petit matériel...

# ÉQUIPEMENT

## Vêtements à prévoir

- › Vêtements de voyage légers et confortables.
- › 1 Casquette ou chapeau pour le soleil.
- › 1 paire de lunettes de soleil (cat.3 minimum)
- › T-shirts, de préférence en matière technique à séchage rapide.
- › 1 polaire légère ou équivalent.
- › 1 veste coupe-vent imperméable respirante à capuche de type Gore-Tex.
- › 1 cape de pluie.
- › 1 ou 2 shorts longs.
- › 1 ou 2 pantalons de marche confortable (idéalement avec jambes détachables).
- › 1 paire de chaussures de marche confortables.
- › 1 paire de chaussures légères ou de sandales pour le soir ou pour les étapes en ville.
- › Paires de chaussettes de marche.

Pour les visites des temples, prévoir de quoi se couvrir les épaules et pantalon ou pantacourt en dessous du genou (pas de shorts ou bermudas).

## Equipement à prévoir

- › Répulsif anti-moustiques.
- › Crème solaire.
- › 1 maillot de bain
- › 1 gourde ou 1 poche à eau de 1 litre minimum.

## Pharmacie

Votre accompagnateur dispose d'une pharmacie de première urgence. Toutefois, il est recommandé d'apporter vos médicaments personnels : aspirine, élastoplast, alcool iodé, antiseptique intestinal, antipaludéen, bombe derma-spray, baume type algipan, crème protection anti-moustique, petits ciseaux, tricosténil, crème de protection solaire visage et lèvres etc...

# FORMALITÉS & SANTÉ

## Passeport

Obligatoire.

Le passeport doit être valide (date d'expiration) au moins 6 mois après la date de retour du voyage.

## Visa

Le visa électronique (Electronic Travel Authorisation - ETA) est à demander directement sur le site [www.eta.gov.lk](http://www.eta.gov.lk) qui est obligatoire et payant en ligne, il coûte 50 USD.

Une fois votre demande d'ETA traitée par les autorités sri-lankaise, vous recevrez sous environ 72 heures, la confirmation de la validation d'ETA par mail. Sachez que vous avez également la possibilité de vérifier le statut de votre demande en ligne : <https://eta.gov.lk/etaslvisa/pages/checkStatus.jsp>

Vous devez impérativement imprimer et présenter le visa électronique au moment d'embarquement en France et à votre arrivée au Sri Lanka, avec votre passeport d'une durée de validité supérieure à 6 mois après la date de votre retour, votre billet d'avion retour et votre facture du voyage tout compris.

Le formulaire à remplir : Tourist ETA / Apply for an Individual.

Le nom et adresse d'un contact sur place vous sera demandé, vous devez remplir par l'adresse de votre premier hôtel.

Ainsi que le nom de la compagnie aérienne utilisée : Sri Lankan Airlines, Qatar, Oman Air etc. en fonction de vos réservations.

Les informations mentionnées ici ne sont qu'indicatives pour les ressortissants français. Elles peuvent être sujettes à modification sans préavis de la part des autorités concernées. Il est donc prudent de les vérifier auprès des consulats dans le mois précédent votre départ.

## Carte d'identité

Non.

## Vaccins

A compter du 7 décembre 2022, les autorités sri lankaises ont levé toute obligation de présenter un justificatif de vaccination ou de test antigénique pour entrer sur le territoire.

En cas de dépistage positif au cours du séjour, les voyageurs sont placés en quarantaine pour une durée de 7 jours dans une structure habilitée (hôtels de niveau 1 ou « level 1 », hôtels de quarantaine, centre de traitement d'un hôpital privé), à leur frais.

Compte tenu de la nature évolutive de la situation, il est recommandé de consulter régulièrement le site internet de l'ambassade de France à Sri Lanka et celui de l'ambassade du Sri Lanka à Paris.

## Recommandations sanitaires

### Dengue

La transmission de la dengue s'effectue par l'intermédiaire de moustiques infectés. Les symptômes de la maladie s'apparentent à ceux de la grippe (forte fièvre, douleurs articulaires, maux de tête). La prise en charge est avant tout symptomatique et repose sur la prise d'antalgiques à base de paracétamol et le repos. Il faut impérativement éviter la prise d'aspirine et d'anti-inflammatoires.

La prévention individuelle repose donc essentiellement sur les moyens de protection contre les piqûres de moustiques. Durant le séjour, et après le retour, un avis médical doit être pris rapidement en cas de fièvre inexpliquée.

### Chikungunya

La transmission du chikungunya est possible, notamment à Colombo et Kandy. Il n'existe actuellement pas de traitement préventif. La prévention individuelle repose donc essentiellement sur les moyens de protection contre les piqûres de moustiques.

### Encéphalite japonaise

Cette maladie, qui n'existe qu'en Asie, se transmet par des moustiques, en zone rurale. Dans le cadre d'un voyage touristique, la vaccination contre l'encéphalite japonaise n'est pas recommandée systématiquement. Il semble que les mesures physiques contre les moustiques (voir ci-après) soient une arme efficace.

### Paludisme

Le paludisme est considéré par l'OMS comme éradiqué au Sri Lanka depuis 2016.

## Spécificités

### Passeport

Valable 6 mois après la date de retour.

Un enfant qui voyage à l'étranger sans être accompagné de l'un de ses parents doit présenter les 3 documents suivants :

- Pièce d'identité valide du mineur : passeport
- Photocopie du titre d'identité valide du parent signataire : carte d'identité ou passeport
- Formulaire d'autorisation de sortie du territoire signé par l'un des parents titulaire de l'autorité parentale.

### Visa

Sri Lanka : le visa électronique à demander sur le site [www.eta.gov.lk](http://www.eta.gov.lk) (Electronic Travel Authorisation - ETA) est obligatoire et payant en ligne, il coûte 50 USD (env. 47EUR).

Une fois votre demande d'ETA traitée par les autorités sri-lankaise, vous recevrez sous environ 72 heures, la confirmation de la validation d'ETA par mail. Sachez que vous avez également la possibilité de vérifier le statut de votre demande en ligne : <https://eta.gov.lk/etaslvisa/pages/checkStatus.jsp>

Vous devez impérativement imprimer et présenter le visa électronique au moment d'embarquement en France et à votre arrivée au Sri Lanka, avec votre passeport d'une durée de validité supérieure à 6 mois après la date de votre retour, votre billet d'avion retour et votre facture du voyage tout compris. Le formulaire à remplir : Tourist ETA / Apply for an Individual.

Le nom et adresse d'un contact sur place vous sera demandé, vous devez remplir par l'adresse de votre premier hôtel.

Ainsi que le nom de la compagnie aérienne utilisée : Sri Lankan Airlines, Qatar, Oman Air etc. en fonction de vos réservations.

Les informations mentionnées ici ne sont qu'indicatives pour les ressortissants français. Elles peuvent être sujettes à modification sans préavis de la part des autorités concernées. Il est donc prudent de les vérifier auprès des consulats dans le mois précédent votre départ.

### Vaccins obligatoires

Même si aucun vaccin n'est obligatoire pour le Sri Lanka, vous vous assurerez cependant que les vaccins pratiqués couramment dans les pays occidentaux (tétanos, diphtérie, poliomyélite, typhoïde) sont encore valables. Vaccin hépatite A et B également recommandés.

Un certificat de vaccination contre le choléra et la fièvre jaune est exigé si le voyageur arrive d'un pays en situation épidémique reconnue.

Un traitement contre le paludisme et la dengue est recommandé aux personnes qui effectuent un long séjour.

# ASSURANCE

## Assurances au choix

- › **Assurance multirisque** : 4,3 % du voyage par personne
- › **Assurance multirisque avec extension épidémie** : 5,1 % du voyage par personne
- › **Assurance premium (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** : 5 % du voyage par personne
- › **Assurance multirisque premium avec extension épidémie (valable pour tout voyage dont le montant dépasse 8000€/pers.)** : 6,1 % du voyage par personne

Pour ce voyage, nous vous recommandons notre assurance multirisque, spécialement étudiée pour le voyage d'aventure.