

Capodanno in Sri Lanka

Sulle orme del Buddha

30 dicembre 2024-09 gennaio 2025



Lo **Sri Lanka**, il cui antico nome era Ceylon, è la meta perfetta per chi vuole viaggiare a stretto contatto con la natura e con le tradizioni locali. Immersa nell'Oceano Indiano a sud-est dell'India, questa meravigliosa isola tropicale ha una natura dalla fresca vegetazione, dove spiccano le **incantevoli spiagge di sabbia bianca contornate da palme di cocco**. Oltre a questi paesaggi, lo Sri Lanka offre **ricchezze architettoniche uniche**, come le rovine storiche delle civiltà del passato di Anuradhapura, Polonnaruwa e Sigiriya. Insieme **seguiremo le tracce di Buddha**, dove la leggenda vuole che Sid-dartha Sakyamuni Gauthama Tahatagata, cioè il Buddha storico, sia venuto tre volte a Ceylon: non è un caso che le sedici località in cui soggiornò siano le mete di pellegrinaggio più importanti del paese. **Un viaggio perfetto, indimenticabile.**



FrateSole Viaggieri Francescana

Via Massimo D'Azeglio 92/d
40123 - Bologna
Tel. 051 6440168
iscrizioni@fratesole.com
PIVA e CF 01098680372
Provincia Minoritica di San Antonio



Ufficio Pellegrinaggi Custodia di Terra Santa

Via Francesco Berni 6
00185 - Roma - tel. 06 77206308
pellegrinaggi Custodia@fratesole.com

www.fratesole.com



30 dicembre, lunedì

BOLOGNA o MILANO / DUBAI / COLOMBO

Ci ritroviamo all'aeroporto concordato ci imbarchiamo su un volo Emirates per **Colombo**, transitando per l'aeroporto di Dubai. **Pasti a bordo**. Arrivo a Dubai, e ricongiungimento del gruppo.

31 dicembre, martedì

DUBAI / COLOMBO: BENVENUTI IN SRI LANKA!

Alle ore 2,55 partiamo per **Colombo**; con **pasti e pernottamento a bordo**. Arriviamo nel capoluogo dello Sri Lanka alle ore 8,25: il nostro rappresentante locale accoglierà tutti con collane di ghirlande! Raggiungiamo l'albergo dove avremo del tempo per il riposo. **Pranzo** all'orario concordato e breve visita orientativa della città con la nostra guida: capitale commerciale e città cosmopolita, grande porto asiatico e principale città del Paese, **Colombo**, con i suoi 850.000 abitanti, offre una vivida immagine di una città ricca delle molteplici influenze del suo passato e della diversità del suo presente. **Passeggiare per le sue strade significa inebriarsi di odori e immagini** che ricordano una storia ricca di eventi, che ha scolpito lo Sri Lanka come è oggi. Rientriamo in albergo per la cena e il pernottamento.

01 gennaio 2025, mercoledì

SIGIRIYA / DAMBULLA: LA FORESTA BUDDISTA NELLA GIUNGLA

Oggi partiamo per l'incredibile sito di **Sigiriya**, che raggiungiamo in tempo per il **pranzo**. Salendo una scalinata scavata nella roccia, arrivati in cima visitiamo l'imponente roccia immersa nel verde della giungla, che ospita un antico **complesso monastico buddista ben pianificato**, composto da templi in grotta, piscine, graziosi laghetti, affreschi dipinti negli anfratti delle rocce e i più antichi giardini paesaggistici dell'Asia. Proseguiamo per **Dambulla**, che ospita oltre 80 grotte, alcune delle quali ancora utilizzate dai monaci come luogo di meditazione. In 5 di queste grotte troviamo statue e affreschi colorati. Ci sistemiamo in albergo per la cena e il pernottamento.

02 gennaio, giovedì

DAMBULLA / ANARADHAPURA / MIHINTALE: LA PAROLA DEL BUDDHA

Dopo colazione ci dirigiamo in pullman verso, **Anuradhapura**, uno dei luoghi più suggestivi dell'Asia meridionale: un vasto complesso monastico con una ricca collezione di meraviglie archeologiche e architettoniche! Enormi stupa di mattoni, antiche piscine e templi costruiti durante il dominio di Anuradhapura sullo Sri Lanka. Oggi molti di questi edifici sono utilizzati come luoghi di ritrovo e per compiere delle liturgie: **frequenti cerimonie conferiscono ad Anuradhapura una vivacità e una densità spirituale** che non ha uguali. Torniamo per il **pranzo** a Dambulla, e poi raggiungiamo **Mihintale**, "la culla del buddismo dello Sri Lanka": saliremo una scalinata dai gradini bassi per unirci ai

numerosi pellegrini locali che arrivano da tutta l'isola: **qui il discepolo del Budda si recò per insegnare la parola del suo maestro** sino a convertire il re di Anuradhapura e la sua famiglia. Salendo (25 minuti) possiamo ammirare rovine di monasteri e iscrizioni rupestri. Rientriamo a Dambulla per la cena e il pernottamento.

03 gennaio, venerdì

DAMBULLA / POLONNARUWA / MINNERIYA: SAFARI NELLA GIUNGLA

Oggi visitiamo la città di **Polonnaruwa**, antica capitale dello Sri Lanka, che dall'XI secolo al XIII secolo ospitò la residenza dei re cingalesi. Il sito, Patrimonio dell'umanità, si estende per 122 ettari e si distingue anche per l'ottima conservazione degli edifici. Lo stile architettonico utilizzato nella costruzione ha un'influenza prettamente indiana dato che le sue origini erano induiste. Tra gli altri, visitiamo il **quadrangolo** dov'era custodita un tempo la reliquia del dente di Buddha, e ammiriamo i tre Buddha di **Gal Vihara**, scolpiti in una parete di roccia e in posizioni diverse: seduto, in piedi con le braccia incrociate e sdraiato, nel nirvana. Finite le visite, attraversiamo il **parco nazionale di Minneriya**, dove si trova un bacino idrografico dichiarato nel 1938 santuario della fauna selvatica per la presenza di uno straordinario e fragile ecosistema. Saliamo sulle jeep 4x4 per un safari a contatto con la natura. Rientriamo in albergo a Dambulla per la cena e il pernottamento.

04 gennaio, sabato

DAMBULLA / HIRIWADUNNA / KANDY: TRADIZIONI DELLO SRI LANKA

Oggi visitiamo il villaggio di **Hiriwadunna** dove saliamo su una carrozza trainata da tori, per raggiungere una piantagione di banane, che potremo assaggiare. Attraversiamo poi un lago artificiale **imbarcandoci su una tradizionale Oruwa**, la cui forma lunga e stretta scivola senza sforzo sull'acqua, per visitare una coltivazione "chena", il metodo di coltivazione più antico dello Sri Lanka, che risale a più di 5.000 anni fa. Sostiamo in un locale tipico dove assaggiare il tè aromatico allo zenzero e il Jaggery, lo zucchero tradizionale non raffinato ricavato dal succo concentrato dei fiori di una palma locale. **Pranzo** e proseguimento per la medioevale cittadina **Kandy** che raggiungeremo in tre ore. È una delle capitali storiche dello Sri Lanka, che ha visto il susseguirsi di molti regni, e che ci affascinerà per la sua storia e il suo paesaggio. L'autista ci porterà subito al **Tempio del dente di Kandy**, che custodisce in uno scrigno d'oro la Sacra Reliquia del Dente di Gautama Buddha. Il tempio è diventato uno dei luoghi turistici preferiti dello Sri Lanka e motivo di orgoglio della popolazione. Sistemazione in albergo a Kandy, cena e pernottamento.

05 gennaio, domenica

KANDY / PINNAWALA / PERADENIYA / KANDY: ELEFANTI E ORCHIDEE

Dopo la prima colazione iniziamo la mattina con la visita **all'Orfanotrofio degli elefanti di Pinnawala**, situato a nord-ovest della città di **Kegalle**. Fondato nel 1975 dal Dipartimento della fauna selvatica dello Sri Lanka, ha l'obiettivo di offrire cure e



protezione ai numerosi elefanti orfani presenti nelle giungle dello Sri Lanka. Restiamo nella natura e visitiamo il giardino botanico di **Peradeniya**: 147 acri con un'incredibile varietà di alberi, piante e fiori, un'esperienza floreale ipnotica, con una collezione di orchidee e oltre 4000 specie di palme. **Pranzo in corso di visite**. Rientriamo in albergo per la cena e il pernottamento.

In serata possibilità di assistere ad uno spettacolo di danza kandyana "Kohomba Kapkariya" presso il Kandy Lake Club Cultural Dance, una delle istituzioni più famose dell'isola: lo spettacolo è un'irresistibile miscela di arti, che ci permetterà di conoscere meglio l'etica e il patrimonio culturale di questa terra.

06 gennaio, lunedì

KANDY / NUWARA ELIYA: LE PIANTAGIONI DI TÈ

Raggiungiamo la stazione di **Kandy** e saliamo sul treno che ci porterà a **Nanu Oya**, attraversando un paesaggio di montagne e vallate coltivate con piantagioni di tè, ma anche rivestite di foreste di eucaliptus e puntellate di villaggi tipici: la strada ferrata si arrampica sinuosa come un serpente sui versanti delle colline regalandoci dei panorami mozzafiato. All'arrivo saliamo in pullman e raggiungiamo **Nuwara Eliya**, per visitare una fabbrica di produzione del tè, cuore dell'economia dello Sri Lanka, di cui è il terzo produttore mondiale: il tè rappresenta il 15% del PIL! **Pranzo in corso di visite**. Dopo la visita raggiungiamo l'albergo e avremo a disposizione del tempo libero. Cena e pernottamento.

07 gennaio, martedì

NUWARA ELIYA / NEGOMBO: GIORNATA DI TRASFERIMENTO

Dopo la colazione inizia il nostro trasferimento verso la capitale (8 ore circa). Pranzo in corso di escursione. Raggiungiamo il villaggio di pescatori di **Negombo**. **Pranzo in corso di trasferimento**. All'arrivo tempo libero dedicato al mare, al relax e alla vita di spiaggia. Cena e pernottamento in albergo.

08 gennaio, mercoledì

NEGOMBO: MULTIETNICA, MULTIRELIGIOSA, MULTICULTURALE

In mattinata -per chi vuole- possibilità di una breve visita guidata di **Negombo**, una delle principali città dello Sri Lanka, situata sulla costa occidentale dell'isola e alla foce della laguna di Negombo, nella provincia occidentale. Negombo è la quarta città più grande del paese e la più occidentale dello Sri Lanka, con uno stile di vita moderno e una vivace vita notturna. **È una città multietnica, multireligiosa e multiculturale**. Rientro in albergo per il **pranzo** e il relax. Tempo libero, cena e pernottamento.

09 gennaio, giovedì

COLOMBO / ISTANBUL / BOLOGNA o MILANO

In base all'aeroporto di destinazione, trasferimento in aeroporto a Colombo. Disbrigo delle operazioni d'imbarco e partenza per l'Italia transitando per l'aeroporto di Istanbul. Fine della vacanza.

Scheda del viaggio

Quota di partecipazione

in camera doppia, minimo 15

€ 3.620,00

Supplemento camera singola (max 4)

€ 750,00

Quota iscrizione obbligatoria e non rimborsabile

(gestione pratica + assicurazione Allianz Multirisk annullamento e medico-bagaglio max € 50.000 per spese sanitarie in loco)

€ 130,00

La quota comprende

- Volo di linea Emirates Bologna o Malpensa per Colombo a/r via Dubai.
- Tasse aeroportuali e franchigia bagaglio in stiva di 23 kg.
- **Accompagnatore FrateSole** in partenza dall'Italia.
- Guida locale parlante italiano per tutto l'itinerario.
- Bus a disposizione come da programma.
- Sistemazione in alberghi 4* locali in camera doppia con servizi.
- Trattamento di pensione completa dal pranzo del 31 dicembre alla prima colazione del 9 gennaio; per chi parte per Bologna sarà fornito un pocket breakfast.
- 2 bottiglie d'acqua al giorno.
- Ingressi esattamente come da programma.
- Tasse governative.
- Materiale di cortesia.

La quota non comprende

- **Quota iscrizione: € 130 per persona** (obbligatoria e non rimborsabile: include assicurazione Allianz Multirisk annullamento-medico-bagaglio-estensione per Covid + spese di gestione pratica).
- Bevande ai pasti.
- Mance, **a partire da € 50** e da riconfermare in base al numero dei partecipanti.
- Estensioni assicurative **Globy Verde e Globy Rosso** per aumento massimale spese sanitarie in loco e ampliamento casistiche di annullamento – preventivo su richiesta.
- Extra personali e tutto quanto non indicato in "la quota comprende".

- **Visto d'ingresso in Sri Lanka, ETA (Electronic Travel Authority):** indicativamente € **50,00**, richiesta da inoltrare personalmente on-line circa 25 giorni dalla data di partenza: chiedete informazioni in Agenzia.

Assicurazione inclusa nella quota di iscrizione

- **Allianz Multirisk:** include massimale per spese sanitarie in loco fino a 50.000 €; plafond per smarrimento/danneggiamento bagaglio; annullamento del viaggio per motivi personali e documentabili (attenzione: sono escluse le malattie preesistenti e malattia/decesso di animali domestici).

Assicurazioni integrative facoltative

- **Allianz Globy Verde:** include massimale per spese sanitarie in loco fino a 200.000 € per persona; plafond per smarrimento/danneggiamento bagaglio; annullamento del viaggio per motivi personali e documentabili (incluse malattie preesistenti e malattia/decesso di animali domestici).
- **Allianz Globy rosso:** include massimale per copertura sanitaria in loco sino a 200.000 € per persona.