

Sri Lanka

TEXTO POR DESIREE BILON | TEXT BY DESIREE BILON
FOTOS POR SEAN BRODY | PHOTOS BY SEAN BRODY

Sri Lanka, la isla en forma de lágrima al sur de la costa de India, y que era conocida originalmente como Ceylan, es un pequeño país rodeado de 1330 kilómetros de costa. Mientras viajaban en el sur de la Costa Este, surfistas descubrieron Arugam Bay en la década de los años 1960, y afirmaron que era la mejor ola de todo Asia. Arugam Bay, a veces conocido como A-Bay, es un pequeño pueblo con un ambiente relajado y agradable que atrae también a gente que no surfea.

Desde el fin de la guerra civil en mayo del 2009, el departamento de Turismo de Sri Lanka ha estado promoviendo el turismo en la Costa Este. Sean Brody, fotógrafo de surf, y yo fuimos los primeros invitados a participar en un programa de periodistas para conocer esta zona.

Formerly known as Ceylon, Sri Lanka, the teardrop shaped island off the southern coast of India, is a small country, surrounded by 1330 kilometers of coastline. Surfers, traveling along the southern end of the East Coast in the 1960's discovered Arugam Bay and claimed it to be the best wave in Asia. A-Bay, as it is sometimes referred to, is still a small fishing village with a relaxed and friendly atmosphere that attracts non-surfers too.

Since the end of the civil war in May 2009, the Sri Lanka Tourism Promotion Bureau has been actively promoting tourism to the East Coast. Surf photographer, Sean Brody, and I were the first invitees to participate in the visiting journalist program to this area.



¿POR QUÉ SRI LANKA?

Las mismas tormentas que traen marejadas a Indonesia, las empujan hasta hasta Sri Lanka, aunque sea más pequeño el oleaje y el tamaño de olas. Las olas oscilan entre los dos y los seis pies y es muy raro que superen los ocho pies. En caso de que estés buscando una alternativa a Indonesia y no tengas el dinero para hacer un viaje en barco a las Mentawais, podrías pensar en Sri Lanka. Aunque las olas no son grandes, el agua está siempre tibia y transparente. Sri Lanka es un destino fascinante con curry picante, encantadores de serpientes, una historia antigua, elefantes, leopardos, y templos de budismo e hinduismo.

WHY SRI LANKA?

The same Indian Ocean storms that drive waves to Indonesia also push waves to Sri Lanka, but with decreased swell energy and wave size. The waves range from 2-6 ft and rarely get over 8 ft. If you are looking for an alternative to Indonesia, and do not have the money to go on a boat trip in the Mentawais, consider Sri Lanka. Even if the waves end up being small, the water is warm and turquoise blue. Spicy curries, snake charmers, ancient history and culture, elephants, leopards, as well as Buddhist and Hindu temples also make Sri Lanka an exciting destination.



Sri Lanka

¿CUANDO IR?

El clima de Sri Lanka es tropical con temporada de lluvias y de sequía. Dos monzones indican el mejor momento para visitar la isla. Para ir a Arugam Bay o a la Costa Este el periodo ideal es entre mayo y septiembre - durante la estación seca. Tomen nota: la temporada seca se refiere a la ausencia de lluvia pero cuando estuvimos allá en julio había mucha humedad y hacia bastante calor (30+ grados). Los surfistas locales de Arugam Bay nos dijeron que los mejores meses para las olas son supuestamente agosto, septiembre, y octubre. Hay un periodo entre los monzones durante octubre y noviembre cuando pueden llegar lluvias en muchas partes de la isla. La estación de las lluvias en la Costa Este dura desde diciembre hasta marzo, y es en realidad el momento justo para surfear en la costa sur.

Las temperatura promedio de la costa es alrededor de 27 grados. La temperatura promedio en Kandy (altitud 500 m) es 20 grados durante el día pero hace fresco en la noche. Nuwara Eliya (1889 m), la región donde están las haciendas de té, tiene una temperatura de 16 grados. 4000 mm de lluvia cae cada año en la costa suroeste pero el norte y el este permanecen bastante secos con 1000 mm de lluvia anualmente.

WHEN TO GO?

Sri Lanka has a tropical climate with wet and dry seasons. Two monsoon seasons dictate the best time to visit the island. For Arugam Bay and the East Coast, the ideal time is between May and September - during their dry season. Note: the dry season refers to lack of rain but it was still hot and humid when we were there in July. While visiting Arugam Bay local surfers told us the best months for waves are supposedly August, September and October. An inter-monsoon period in October and November may bring rain to many parts of the island. The East Coast's wet season, from December to March, is actually prime time for surfing on the south coast.

Average coastal temperatures hover around 27°C. The average temperature in Kandy (altitude 500m) is 20°C but the nights are chilly. Nuwara Eliya (1889m), the tea plantation region, averages a temperature of 16°C. The southwest coast gets up to 4000 mm of rain annually, while the North and East of the island stay relatively dry with approximately 1000 mm of annual rain.

¿CÓMO LLEGAR?

El único aeropuerto internacional es el Aeropuerto Internacional de Bandaranaike (CMB), y se ubica a 30 Km. al norte de Colombo en la costa oeste. Sri Lanka está como a 24 horas de vuelo de Norteamérica, y es probable que tengas que cambiar avión en Bangkok o en Singapur. Un boleto de avión de Los Ángeles va de \$1650 US. Al aterrizar, te regalán una visa de turista válida por 30 días.

HOW TO GET THERE?

Sri Lanka's only International Airport is Bandaranaike International Airport (CMB), located 30 km north of Colombo on the west coast. It takes about 24 hours to get there from North America and you will likely have to change planes in Bangkok or Singapore. Plane tickets from Los Angeles start around \$1650.00. A no cost, 30-day tourist visa is given upon arrival.

http://travel.state.gov/travel/cis_pa_tw/cis/cis_1025.html

MOVIÉNDOSE DENTRO DEL PAÍS

Para cubrir distancias largas, la mejor opción es o los camiones o los trenes. Otra opción es rentar un coche con chofer. Para distancias mas cortas, se recomienda el tuk-tuk (cochecito de tres ruedas). Camiones locales y taxis también están disponibles.

GETTING AROUND

For long distance travel, buses and trains service many areas. Another option is to hire a car and driver.

For shorter distances, travel by tuk-tuk (three wheeled open air rickshaws). Buses and regular taxis are also available.

PARA LLEGAR A ARUGAM BAY

Antes de empezar a recorrer el país se aconseja una noche en Negombo (distancia 7 Km. al norte del aeropuerto) un pueblo a la orilla del mar. Desde una costa a la otra son entre 8-12 horas por tierra. Mucha gente viaja en vagoneta pero se puede llegar también en camión. Desde agosto 2011, Sri Lankan Airlines esta planeando servicio avión a Arugam Bay por hidroavión.

POR CAMIÓN

Desde colombo: El camión CTB Pottuvil / Panamá sale de la parada de autobús Pettah.

Desde hikkaduwa: Toma el camión para Monaragala de la parada Hikkaduwa. Desde Monaragala toma el camión CTB Pottuvil / Panamá hasta Pottuvil.

Desde Matara: Toma el camión Monaragala bus de la parada Matara. Desde Monaragala toma el camión CTB Pottuvil / Panamá hasta Pottuvil.

Arugam Bay queda solamente a 3 Km. de Pottuvil, entonces conviene un tuk-tuk por 300 Rs.

GETTING TO ARUGAM BAY

From the airport, spend a night in Negombo (7 km north of the airport), a beach town on the west coast, before heading across the country. The drive is long and takes between 8-12 hours. Most people travel by van but you can also get there by bus. As of August 2011, Sri Lankan Airlines is planning to service the area of Arugam Bay with domestic floatplanes.

BY BUS

From Colombo: The CTB Pottuvil / Panama bus departs from Pettah bus stand.

From hikkaduwa: Catch the Monaragala bus from the Hikkaduwa bus stand. From Monaragala get the CTB Pottuvil / Panama bus to Pottuvil.

From matara: Catch the Monaragala bus from the Matara bus stand. From Monaragala, get the CTB Pottuvil / Panama bus, which stops in Pottuvil. From Pottuvil to Arugam Bay it is only about three km, so take a tuk-tuk for 300 Rs (Sri Lankan Rupees).

EL SURF EN ARUGAM BAY

En la zona de Arugam Bay, casi todas las olas son derechos de point break que rompen entre dos y seis pies con viento offshore por la mañana. Se llena de gente en el punto principal. Afortunadamente hay muchos otros puntos a una hora o menos, donde no hay mucha gente porque se requiere un 4x4 (o tuk-tuk) y un guía para llegar. Si vas con tuk-tuk, pídele al chofer que te espere allá o has una cita para que regrese. Estas zonas son aisladas y por lo tanto no vas a encontrar un taxi fácilmente. Para lecciones y tours de surf, comunícate con el Arugam Bay Surf Club.

SURFING IN ARUGAM BAY

The area of Arugam Bay consists of mostly right hand point breaks between 2 and 6 ft, with offshore winds in the mornings. The main point tends to get really crowded. Luckily there are a number of other breaks, within an hour drive, that remain relatively uncrowded because you need a 4x4 (or tuk-tuk) and a guide to access these breaks. If you do take a tuk-tuk, ask the driver to stay there or schedule a time for him to come back. These are remote areas for the most part, and you will likely not find a taxi. For surf lessons and tours contact the Arugam Bay Surf Club.

HAY OCHO PUNTOS Y TODOS SON DERECHAS: EN EL PUEBLO

1. Main Point

Gente de Sri Lanka dice que este punto es una de las mejores diez en el mundo; no estoy muy convencida al respecto, pero si es un muy buen punto. Estando ubicado en el pueblo, se llena de gente. Cuando no hay oleaje de buen tamaño, este es el único punto que

funciona. Es una "corrida" divertida, siendo una ola que rompe sobre una mezcla de arena y roca, con secciones que entuban. La ola puede llegar hasta los 400 m metros de longitud. Olvídate de la remada de regreso, sal del agua y has la caminada por la playa. Cuidado con las rocas cuando salgas. Aunque sea el punto preferido de los locales, se meten únicamente dos a la vez.

2. Baby Point

Este punto tiene un fondo de arena y es un buen lugar para lecciones de surf.

AL SUR

3. Crocodile Rock (conocido también como Elephant Rock).

Este lugar se llama así por los acantilados en la playa. Es la ola más cercana al pueblo pero necesita un oleaje más grande para romper. Saliendo desde la parte sur del pueblo, y después de un breve tramo manejando, tendrás todavía que caminar alrededor de 15-20 minutos por la playa. Puedes tomar un Tuk-tuk por 600 Rs.

4. Peanut farm

Un poco más al sur, pero nos llegó el rumor de que este punto estaba prohibido al momento de la redacción de este artículo debido a una disputa territorial, el lugar fue cerrado por el ejército, y estaba rodeado de barricadas. Por si las dudas, fuimos a verificar que dicho rumor fuese verdad, y en efecto, así era.

5. Panamá

Mas al sur encuentras un pueblo de pescadores que se llama Panamá. En

este caso, probablemente requerirás de un guía para encontrar esta ola. Tienes que rodear una laguna, subir las dunas de arena, para salir a la base de los marinos. Dicen que es la ola mas larga en la zona. Necesita un oleaje grande para funcionar.

6. Okanda

Se ubica poco antes del parque nacional de Kumana. Es una ola mas rápida y entubada. Cuando estés ahí, el templo hindú amerita una visita. También este lugar ocupa un oleaje más grande. 2500 Rs por un tuk-tuk.

AL NORTE

7. Pottuvil Point

Pottuvil Point se ubica ligeramente al norte de Arugam Bay. Dicen que los "rides" en esta ola llegan hasta los 800 m cuando está funcionando. 800 Rs por un tuk-tuk.

8. Whisky Point

Esta ola rompe a veces cuando las otras olas no rompen. Ir en tuk-tuk por 1000 Rs.

9. Lighthouse (El faro)

El punto mas lejos yendo hacia el norte. Una ola bonita con una sección mas rápida en el inside. 2000 Rs por un tuk-tuk.

NINE SURF SPOTS TO CHOOSE FROM - ALL RIGHTS IN TOWN

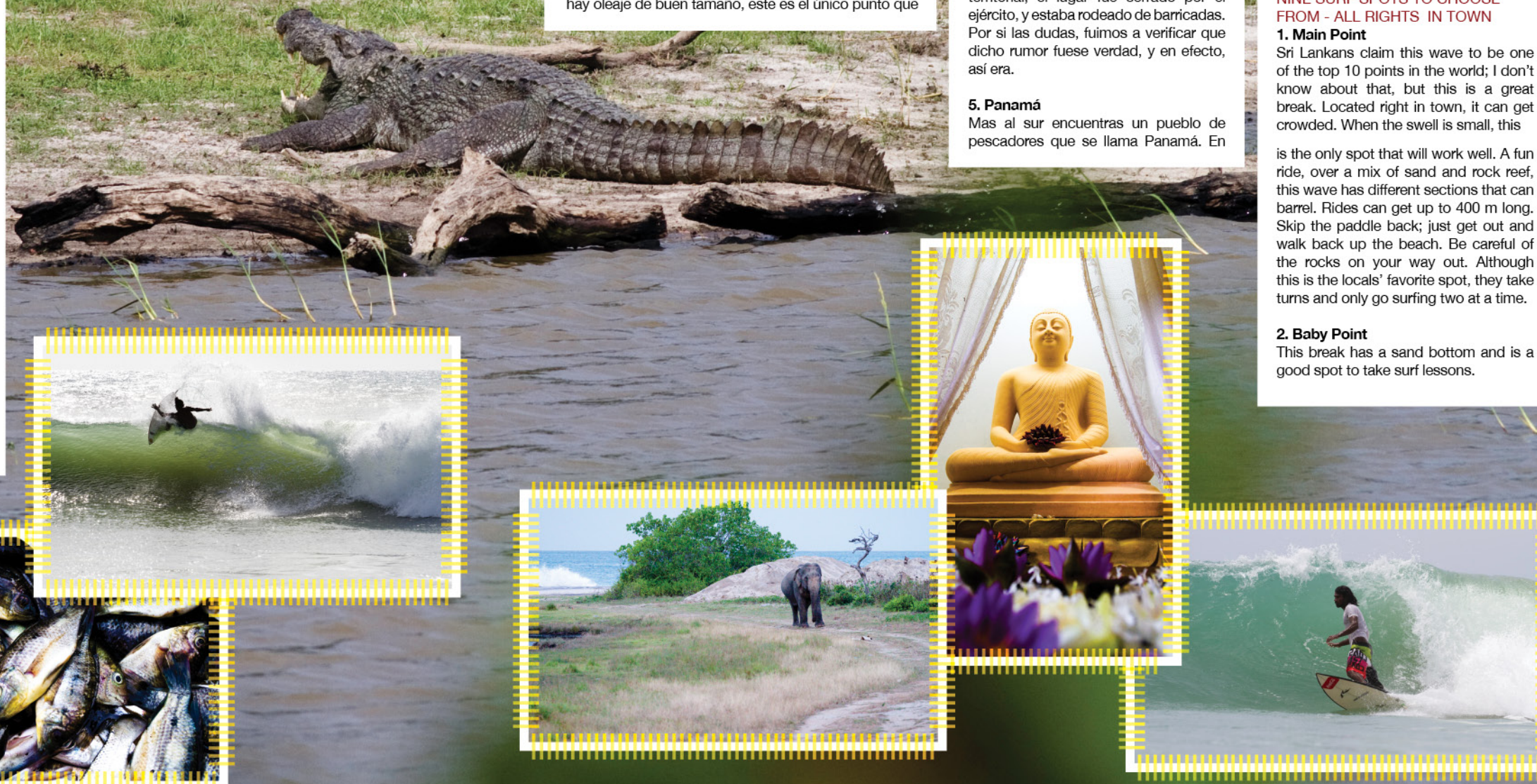
1. Main Point

Sri Lankans claim this wave to be one of the top 10 points in the world; I don't know about that, but this is a great break. Located right in town, it can get crowded. When the swell is small, this

is the only spot that will work well. A fun ride, over a mix of sand and rock reef, this wave has different sections that can barrel. Rides can get up to 400 m long. Skip the paddle back; just get out and walk back up the beach. Be careful of the rocks on your way out. Although this is the locals' favorite spot, they take turns and only go surfing two at a time.

2. Baby Point

This break has a sand bottom and is a good spot to take surf lessons.



Sri Lanka



TO THE SOUTH

3. Crocodile Rock (aka Elephant Rock), Named after the boulder formations on the beach, this is the closest break to town but it needs a bigger swell to break. After the short drive from the southern end of town, you will have to walk for 15-20 minutes down the beach. Take a tuk-tuk for 600 Rs.

4. Peanut farm

This spot, further south, had been barricaded off by the Special Task Force, due to a land dispute. We went there to see if the rumors were true, and they were. This wave was off-limits at the time of writing.

5. Panama

Still further south is a fishing village named Panama. You will probably need a guide to find this break; you have to go around the lagoon, up the sand dunes and come out at the navy base. Rumored to be the longest right in the area. Also needs a bigger swell to break.

6. Okanda

Located just before Kumana National Park, this is a faster wave that barrels. Check out the colorful Hindu temple while you are there. It takes a big swell for this place to break. 2500 Rs for a tuk-tuk.

TO THE NORTH

7. Pottuvil Point

This wave is rumored to pump out 800 m rides when it is working. 800 Rs for a tuk-tuk.

8. Whisky Point

Just further north up the beach from Pottuvil Point, this place will break when some of the other spots do not. Take a tuk-tuk for 1000 Rs.

9. Lighthouse.

The farthest point to the north, this wave has a faster section on the inside. 2000 Rs for a tuk-tuk.

OTRAS ACTIVIDADES ADEMÁS DEL SURFING

Arugam Bay

Relajarse y gozar el ambiente sereno y el estilo de vida tranquilo. Acurrúcate en una hamaca y mucho take it easy. Caminar en la playa. Ir a algunos de los restaurantes locales.

Pottuvil Laguna

Dar una vuelta ecológica en canoa en los manglares. Muy relajante. Un pescador local remarará para ti su canoa por dos horas en la laguna,

dando muchas oportunidades para admirar pájaros, flora y fauna.

Muhudu Maya Viharaya

En este sitio arqueológico, enclavado en las dunas detrás de la playa de Pottuvil, se encuentra una estatua de tres metros de la Buda que a su vez, mira hacia dos estatuas mas pequeñas de Bodhisattva.

Parque Nacional Kumana de Safari

Conocido anteriormente como Yala del Este, cuenta con mas de 250 especies de pájaros en este santuario. Andando de safari en jeep por la selva, es probable encontrar elefantes, cocodrilos, jabalies, búfalos de agua, venados, monos, y el escurridizo gato pescador (por desgracia no lo vimos porque es un animal nocturno).

Parque Nacional Lahugala Kitulana

A pesar de ser uno de los parques nacionales mas pequeños del país, es una zona importante para elefantes y pájaros endémicos.

Magul Maha Vihara

Enclavado en la selva, del borde norte del parque Lahugala, Magul Maha Vihara incluye un templo de budismo, las ruinas de una cúpula de ladrillo y un gran árbol, que se llama Bodhi (iluminación).

Okanda

Esto es una parada importante para la gente de Sri Lanka que participan en la peregrinación Pada Yatra a Katagama cada julio. Al pie de la montaña Okanda Malai está el templo Vélâyudha Swâmi, dedicado al dios Skanda-Murugan.

Ermitea Forestal Kudumbigala

Érase una vez que los monjes de budismo habitaban en las cuevas de esta zona tranquila. Después de subir por 20 minutos la roca más alta hay un mirador de 360 grados de esta región.



ACTIVITIES BESIDES SURFING

Arugam Bay

Relax and enjoy the mellow atmosphere and laidback lifestyle. Find a hammock and mucho take it easy. Go for a walk on the beach. Check out some of the local restaurants.

Pottuvil Lagoon

Relax and enjoy an eco-friendly canoe ride through the mangroves. A local fisherman paddles you around the lagoon for two hours, providing you with many opportunities to see birds and wildlife.

Muhudu Maya Viharaya

A Buddha statue, three-meters tall, stares at two small Bodhisattva figures in this ancient archaeological site, nestled in the dunes behind Pottuvil Beach.

Kumana National Park Safari

Formerly known as Yala East, this is a bird sanctuary with over 250 species of birds. Take a jeep safari through the park and you will likely see elephants, crocodiles, wild boars, water buffalo, deer, monkeys, and possibly even the elusive fishing cat (which unfortunately we didn't see because it is nocturnal).

Lahugala Kitulana National Park

Although one of the smallest national parks in the country, this is an important area for elephants and endemic birds.

Magul Maha Vihara

Nestled into a forest setting, on the northern edge of the Lahugala National Park, Magul Maha Vihara consists of a temple, the ruins of an ancient brick stupa and a large Bodhi tree.

Okanda

This is an important stop for Sri Lankan nationals participating in the annual July Pada Yatra pilgrimage to Katagama. At the foot of Okanda Malai is the Vélâyudha Swâmi Temple, dedicated to the Hindu God Skanda-Murugan.

Kudumbigala Forest Hermitage Site

Buddhist monks once inhabited the caves in this tranquil area. Hike for 20 minutes up to the top of the tallest rock for a 360 degree view of this stretch of the East Coast.

¿QUÉ DEBO LLEVAR?

Una tabla o dos - las olas andan entre los 2 y 6 pies y no deberían llegar a más de 8 pies.



Una camiseta para el agua (y no solo para protegerse del sol si no porque es lo que se ponen los locales de acuerdo con su religión).

Bloqueador

Suncure o algo parecido para arreglar tablas porque es difícil encontrarlo en Sri Lanka.

Una chamarra o un suéter

Un paraguas

WHAT TO TAKE

A surfboard or two - the waves range from 2-6 ft. and will not likely go beyond 8 ft.

A rashguard (Not just for the sun protection, but also because locals wear them in accordance with their religious beliefs).

Sunscreen

Suncure or ding repair which is hard to come across in Sri Lanka

A light jacket

An umbrella

SUMINISTROS ECONÓMICOS

Trae tu tarjeta bancaria y saca dinero del cajero. Como los vendedores casi nunca tienen cambio, es mejor pagar con billetes más pequeños. En caso de que esté abierto, procura obtener billetes de baja denominación en el banco. Hay un cajero en Pottuvil.

El tipo de cambio al escribir el artículo era:
1.00 USD = 109.670 LKR
1.00 MXN = 8.83540 LKR

Para convertir de US, la conversión se hace más simple si divides entre cien (quedarás ligeramente por encima del presupuesto). Por ejemplo si algo te sale 2500 Rs, esto sería aproximadamente \$25 US.

MONEY MATTERS

Bring your debit card and withdraw money from bank machines. Try to carry smaller bills as most vendors do not have change. If the bank is open, make change at the bank while you are there. There is a bank machine in Pottuvil.

The exchange rate at the time of writing was:
1.00 USD = 109.670 LKR
1.00 MXN = 8.83540 LKR

To make the conversion easier, if converting from US dollars simply divide by 100 (even though you will slightly over-budgeting). For example if something costs 2500 Rs, then it will be approximately \$25 US.

¿DÓNDE QUEDARSE?

No hay hoteles grandes aquí, solamente hotelitos y casas de huéspedes. La palabra hotel en Sri Lanka también puede referirse a un restaurante. La mayoría de los hoteles tienen un restaurante allí mismo. Hay varias opciones para alojarse, dependiendo de tus fondos:

Freedom Beach Cabañas

Cerca al Main Break, todas las cuatro cabañas tienen baños y cuestan 1700Rs o 2400Rs. Hay un restaurante allí mismo (ver a Samantha's mas abajo).

<http://www.wix.com/arugambay/freedombeachcabanas#>

Contacto Krish (0094) 0771759620 o Thu (0094) 0772317057

FreedomBeachCabanas@gmail.com

Hideaway Villas

<http://www.hideawayarugambay.com/index.html>

Gecko's Restaurant and Rooms

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

The Fishing Net

<http://www.arugam.info/2006/10/02/61-fishing-net/>

Rupa's Hotel

<http://www.arugam-bay.com/rupas-hotel.html>

Mambo's Surfing Resort

<http://www.mambo.nu>

Este es el hospedaje más cercano al Main Break y está justo enfrente de Baby Point.

WHERE TO STAY

There are no big hotel developments here, just hotels and guesthouses. The word hotel, in Sri Lanka, can also refer to a restaurant. Most hotels do have restaurants on-site. There are a few lodging options available in Arugam Bay depending on your budget:

Freedom Beach Cabanas

Close to the main break, the four cabanas all have bathrooms and cost 1700 Rs or 2400 Rs. There is a restaurant onsite (see Samantha's below). <http://www.wix.com/arugambay/freedombeachcabanas#>
Contacto Krishantha (0094) 0771759620 or Thu (0094) 0772317057
FreedomBeachCabanas@gmail.com

Hideaway Villas

<http://www.hideawayarugambay.com/index.html>

Gecko's Restaurant and Rooms

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

The Fishing Net

<http://www.arugam.info/2006/10/02/61-fishing-net/>

Rupa's Hotel

<http://www.arugam-bay.com/rupas-hotel.html>

Mambo's Surfing Resort

<http://www.mambo.nu>

This is the closest accommodation available to the main break and is located right in front of Baby Point.

¿QUÉ HAY DE COMER?

La gente de Sri Lanka come arroz y curry, hasta tres veces por día. Se hace curry con vegetales, pescado o pollo y se sazona con chile, canela, hojas de curry, cilantro, comino, azafrán, tamarindo y coco. En el caso que tu comida todavía no pique lo suficiente, simplemente ponle

sambol - un condimento a base de chile. Hay que pedir un curry al menos con tres horas de anticipación para que tengan tiempo suficiente para prepararlo. Comer con las manos es la costumbre en Sri Lanka, pero la mayoría de restaurantes tiene cubiertos.

Otros platos de Sri Lanka:

Hoppers - un pankeki con forma de tazón, normalmente acompañado con curry y para el desayuno o la cena.

String Hoppers - pelotitas de fideos al vapor, por lo general se come con curry por el desayuno o la comida en lugar de arroz.

Pittu - una mezcla de arroz y coco al vapor usualmente de forma cilíndrica.

Lamprais - arroz hervido en caldo de curry con especias, horneado en hojas de plátano macho (origen holandés).

WHAT TO EAT

Sri Lankans eat rice and curry, up to three times a day. Curries are made with vegetables, fish, or meat and spiced with chillies, cinnamon, curry leaves, coriander, cumin, saffron, tamarind and coconut. If your food is still not spicy enough, just add some sambol - a chili based condiment. If you want curry anywhere in Sri Lanka, you need to order at least three hours in advance. It is customary to eat with your hands, but most restaurants will give you cutlery.

Other Sri Lankan Dishes:

Hoppers - a bowl shaped pancake often eaten with curry at breakfast or as an evening snack

String Hoppers - little balls of steamed noodles often eaten with curry, in place of rice, at breakfast or lunch

Pittu - steamed mixture of rice and coconut often in a cylindrical shape

Lamprais - rice boiled in curry stock and spices, then baked in plantain leaves (derived from the Dutch)

Desserts:

Buffalo curd topped with kitul (a sweet syrup from the Kitul Palm)
Wattalappam - an egg pudding made with jaggery (a kind of fudge made from kitul) and somewhat similar to crème caramel.

¿DÓNDE COMER?

Riptide

Enfrente de la oficina de Arugam Bay Surf Club, hay un café con dueños locales, precios razonables, y comida tradicional con un toque internacional. Prueba el roti de plátano.

Samathi's

Ubicado donde están los Freedom Beach Cabañas, las tres hermanas de Krishantha preparan un curry

sabroso y económico con una selección de comida occidental. Un curry con dos platos de verduras cuesta 320 Rs por cabeza.

WHERE TO EAT

Riptide

Located across the street from the Arugam Bay Surf Club, this is a reasonably priced, locally owned café offering traditional food with a foreign twist. Try the banana roti.

Samathi's

Located at the Freedom Beach Cabanas, Krishantha's three sisters prepare delicious (and inexpensive) Sri Lankan curries with a selection of western fare. Curry with two vegetables side dishes costs around 320 Rs per person.

GUÍAS

Arugam Bay Surf Club

Teléfono: Fawas +94779552268, Krishantha +94771759620
correo: abay_surfers@yahoo.com
Facebook: Arugam Bay Surf Club

Sulfi Travel & Tours

Teléfono: +94712058514, +94774825504
correo: faizersulfi@yahoo.com
Facebook: Sulfi Travel & Tours

Tour Guides

Arugam Bay Surf Club
Phone: Fawas +94779552268, Krishantha +94771759620
Email: abay_surfers@yahoo.com
Facebook: Arugam Bay Surf Club

Sulfi Travel & Tours

Phone: +94712058514, +94774825504
Email: faizersulfi@yahoo.com
Facebook: Sulfi Travel & Tours

TOUR GUIDES

Arugam Bay Surf Club

Phone: Fawas +94779552268, Krishantha +94771759620
Email: abay_surfers@yahoo.com
Facebook: Arugam Bay Surf Club

Sulfi Travel & Tours

Phone: +94712058514, +94774825504
Email: faizersulfi@yahoo.com
Facebook: Sulfi Travel & Tours

VACUNAS RECOMENDADAS - Hepatitis A/B y tifoidea, difteria para adultos y tétano.

TRAVEL VACCINES

(RECOMMENDED)

Hepatitis A/B and typhoid, adult diphtheria and tetanus
<http://wwwnc.cdc.gov/travel/destinations/sri-lanka.htm>
<http://www.lonelyplanet.com/sri-lanka/practical-information/health>

DATOS BÁSICOS

Nombre completo: República Socialista Democrática de Sri Lanka
Población: 20.4 millones (NU, 2010)
Capital: Colombo (comercial), Sri

Jayawardenepura (administrativa)
Superficie: 65,610 Km cuadrados (25,332 millas cuadradas)
Idiomas principales: Cingalés (sinhala), tamil, inglés
Religiones principales: Budismo, hinduismo tamil, Islam, cristianismo
Moneda: Rupia de Sri Lanka
Esperanza de vida: 71 años (hombres), 79 años (mujeres) (NU)
Artículos de exportación principales: Ropa y textil, té, gemas, caucho, coco
PIB per. capita: US \$2,990 (Banco mundial, 2010)
Dominio Internet: .lk
Prefijo internacional: +94
Hora: UTC/GMT +5 h 30
Electricidad: 220-240V 50 ciclos A/C, enchufe tipo D - tres clavijas redondeadas
Días festivos: Sábado, domingo, y cada luna llena (llamado Poya). En los días de Poya no se vende alcohol, pero los hoteles normalmente hacen una excepción para los huéspedes.

Crédito de la imagen de la bandera: www.flags.net

FAST FACTS

Full name: Democratic Socialist Republic of Sri Lanka
Population: 20.4 million (UN, 2010)
Capital: Colombo (commercial), Sri Jayawardenepura (administrative)
Area: 65,610 sq km (25,332 sq miles)
Major languages: Sinhala, Tamil, English
Major religions: Buddhism, Hinduism, Islam, Christianity
Currency: Sri Lankan Rupee
Life expectancy: 71 years (men), 79 years (women) (UN)
Main exports: Clothing and textiles, tea, gems, rubber, coconuts
GNI per capita: US \$2,990 (World Bank, 2010)
Internet domain: .lk
International dialing code: +94
Time: GMT+5.5 hours
Electricity: 220-240V 50 Cycles A/C, round three pin sockets
Holidays: Saturday, Sunday and every full moon (called Poya).
On Poya alcohol sales are prohibited, but hotels usually make exceptions for guests.

