

# Srí Lanka (ශ්‍රී ලංකා / ????????)

[FreeCurrencyRates.com](https://www.FreeCurrencyRates.com)

Srí Lanka je zemí, která zůstává hluboce zakořeněná ve své minulosti a přitom kráčí vstříc modernitě. Ostrov v Indickém oceánu, jen kousek od jižního cípu Indie, býval v různých dobách označován jako Lanka, Tambapanni, Taprobane, Serendib, Cejlon – každé jméno po sobě zanechalo vrstvu. Starověké buddhistické království, centrum námořního obchodu, britská kolonie i Schauplatz občanské války – Srí Lanka si prošla bolestmi i vzestupy, ale nikdy neztratila svou důstojnost, obrazotvornost a schopnost znovu se obnovit.

V tropickém horku tu rostou čajovníky, mezi stromy se potulují sloni a chrámové dagoby se tyčí k nebi stejně jako před tisíci lety. Ať už člověk přijíždí za historií, přírodou nebo tichou meditací, Srí Lanka mu vždy nabídne víc, než čekal.

## Základní informace

Srí Lanka je ostrovní stát v jižní Asii s rozlohou 65 610 km<sup>2</sup> a populací převyšující 22 milionů obyvatel. Formálně je hlavním městem **Sri Jayawardenepura Kotte**, kde sídlí parlament a další vládní instituce, avšak praktickým administrativním a ekonomickým centrem zůstává tradičně **Colombo** – největší město, hlavní přístav a brána do světa.

Na ostrově se oficiálně používají dva jazyky: **sinhálština**, kterou hovoří většina obyvatel, a **tamilština**, rozšířená zejména na severu a východě země. Angličtina je běžně využívána v administrativě, vzdělávání a turistickém ruchu.

Oficiální měnou je **srílanská rupie (LKR)**. Nábožensky je země pestrá: převažuje **buddhismus théravádový** (cca 70 %), ale významné zastoupení mají i **hinduismus, islám a křesťanství**, často žité ve vzájemném sousedství.

Srí Lanka leží v časovém pásmu **GMT+5:30**. Politicky se stala **nezávislou v roce 1948**, kdy získala samosprávu po britské koloniální nadvládě, a od roku **1972** nese své současné jméno jako **demokratická socialistická republika Srí Lanka**.

## Historické jádro: Kulturní trojúhelník

### Anuradhapura

Jedno z nejstarších trvale obydlených měst na světě (od 4. stol. př. n. l.), bylo první královskou metropolí sinhálského buddhistického státu. Klíčovým bodem je **Sri Maha Bodhi** – posvátný fíkovník vypěstovaný z větve stromu, pod nímž podle tradice dosáhl Buddha osvícení.

Mezi hlavní památky patří také:

- **Jetavanarama** – obrovská stúpa z cihel, svého času největší cihlová stavba světa
- **Ruwanwelisaya** – monumentální bělavá dagoba, střed duchovní i architektonické síly
- **Isurumuniya** – skalní chrám s výjevy milenců a slonů, ukázka raného sinhálského reliéfního umění

Anuradhapura byla opuštěna po nájezdech z jihu Indie v 10. století – následně vznikla nová metropole:

## Polonnaruwa

Za vlády krále Parákramabáhua I. (1153–1186) se Polonnaruwa stala centrem reformy státní správy i buddhistické víry. Král nechal vybudovat síť zavlažovacích nádrží, chrámových komplexů a cest.

Nejvýznamnější památky:

- **Gal Vihara** – čtyři žulové sochy Buddhy, z nichž ležící postava (14 m) patří mezi mistrovská díla srílanského sochařství
- **Lankatilaka** – zřícenina monumentální svatyně s pětimetrovým Buddhou mezi mohutnými stěnami
- **Vatadage** – kruhový relikviář s centrálním oltářem, obklopený čtyřmi Buddhy
- **Tivanka Pilimage** – nástěnné malby zobrazující výjevy z Játak (buddhistických podobenství)

## Sigiriya

Monumentální **skalní citadela** z 5. století n. l., kde král Kassapa nechal vystavět palác na 200 m vysokém čedičovém monolitu. Přístup zajišťuje schodiště mezi **Lvími tlapami** (původně celé tělo lva), stěny zdobí slavné fresky „nebeských nymf“ – smyslných ženských postav, malovaných technikou, která i po 1500 letech neztratila jas.

## Dambulla

Největší **skalní chrámový komplex** na ostrově, známý jako Zlatý chrám. Pět jeskyní pokrývá přes 2000 m<sup>2</sup> nástěnných maleb a více než 150 soch Buddhy – některé datované do 1. stol. př. n. l. Jeskyně byly vyzdobeny a rozšířeny zejména během vlády krále Kirthi Sri Rajasinha (18. století), který obnovil théravádový buddhismus.

## Duchovní srdce: Kandy a Chrám Buddhova zubu

Město Kandy, poslední sídlo sinhálských králů, je známé především chrámem **Sri Dalada Maligawa**, který uchovává údajný zub samotného Buddhy. Relikvie je uložena v zlaté schránce a během denních púďží ji doprovází bubeníci a kadidlo.

Nejvýznamnější událostí je **Esala Perahera** (červenec/srpen) – slavnostní průvod s desítkami slonů, tanečnický, ohnivými akrobaty a nočním osvětlením.

Okolní krajina nabízí i kláštery jako Asgiriya či Malwatte, a v kopcích lze navštívit čajové plantáže a

staré britské bungalovy.

## Vysočina a kraj čaje

### Nuwara Eliya

Zvaná „Malá Anglie“ – leží v nadmořské výšce 1800 m a byla centrem britské kolonizace. Typické jsou upravené zahrady, čajové plantáže, cihlové vily a chladné počasí. Zdejší **čaj z oblasti Uva a Dimbula** je považován za jeden z nejkvalitnějších černých čajů světa.

### Ella

Turisticky oblíbené městečko v horách s výhledy na **Ella Rock**, **Little Adam's Peak**, slavný **Nine Arch Bridge** a poklidnou atmosférou. Z Elly lze jet vlakem do Kandy – jízda považovaná za jednu z nejkrásnějších na světě.

## Příroda a safari

Srí Lanka má přes 20 národních parků, z nichž některé patří k nejlepším místům na pozorování zvířat v Asii:

- **Yala National Park:** domov leoparda srílanského – jedna z nejvyšších koncentrací na světě
- **Udawalawe:** rozsáhlé pláně s divokými slony
- **Minneriya:** sezónní migrace až 300 slonů na jedno místo
- **Horton Plains:** vysokohorská náhorní plošina s endemickými druhy a výhledem na „World's End“ – 800m útes

## Přímořské oblasti

- **Jih (Mirissa, Unawatuna):** zlaté pláže, možnost výletů za velrybami (březen–duben), šnorchlování, surf
- **Východ (Trincomalee, Nilaveli):** bílé písky, klidnější moře, hinduistická kultura
- **Sever (Jaffna):** tamilská kultura, městská knihovna, chrámy a ostrovní atmosféra

## Srí Páda (Adamova hora)

Posvátný vrchol (2243 m) uctíváný různými náboženstvími. Výstup v noci je součástí poutní tradice – při východu slunce se vrhá stín hory jako dokonalý trojúhelník do dálky. Otisk ve skále je podle víry Buddhova, Adamova nebo Šivova stopa.

# Čaj na Srí Lance

Čaj je na Srí Lance víc než plodina – je to krajina, ekonomika, kultura i každodenní rituál. Bývalá britská kolonie Cejlon se stala synonymem pro čaj tak pevně, že označení „cejlonský čaj“ přežilo i změnu názvu státu. Dnes je Srí Lanka jedním z největších světových vývozců čaje a zároveň jedinou zemí, kde lze na tak malém území pěstovat čaj v tolika nadmořských pásmech – od nížinných černých čajů s plným tělem po jemné vysokohorské lístky s citrusovou dochutí.

Přestože globální konkurence roste, srílanský čaj si stále udržuje renomé kvality, čistoty a poctivého původu. A pro návštěvníka ostrova je pohled na řady sběraček v barevných sarí na strmých svazích stejně ikonický jako stúpy nebo sloni.

## Základní informace

- **Název:** Ceylon tea / සිලෝන් තේ / இலங்கை தேநீர்
- **Druh:** téměř výhradně **Camellia sinensis var. assamica**
- **Roční produkce:** cca 300 milionů kg (cca 6 % světové produkce)
- **Hlavní typy:** černý (90+ %), zelený, bílý (silver tip), oolong
- **Značka:** „Ceylon Tea – Symbol of Quality“ s logem Iva držícího meč

## Historie čaje na Srí Lance

Historie čaje na Srí Lance je úzce spjata s úpadkem kávy. Až do roku 1869 dominovalo ostrovnímu zemědělství právě pěstování kávovníku, ale ničivá houbová choroba známá jako coffee rust tuto éru dramaticky ukončila. Již o dva roky dříve, v roce 1867, však skotský plantážník James Taylor založil první čajovou zahradu u Loolecondera poblíž Kandy – a právě odtud se začala psát nová kapitola srílanského zemědělství.

V sedmdesátých až devadesátých letech 19. století došlo k rozsáhlému přechodu od kávy k čaji, který byl systematicky podporován britskými kolonizátory. Ti vybudovali železniční síť propojující plantáže s přístavy, zavedli čajové aukce v Kolombu a vytvořili exportní strukturu, jež dodnes tvoří páteř čajového průmyslu. Roku 1925 vznikl v Talawakelle Tea Research Institute, výzkumné centrum zaměřené na šlechtění odrůd, optimalizaci pěstování i zpracování.

Po získání nezávislosti v roce 1948 se plantáže postupně dostávaly do rukou domácích výrobců, a stát zahájil proces znárodnění. Dnes je čaj nejdůležitější zemědělskou vývozní komoditou Srí Lanky. Země patří k největším producentům černého čaje na světě a její jméno je dodnes spojováno s kvalitou, tradicí a poctivým původem.

- **Do 1869:** ostrov dominoval pěstováním kávy – až do nástupu houbové choroby coffee rust
- **1867:** James Taylor zakládá první čajovou zahradu u **Loolecondera** (poblíž Kandy)
- **70.-90. léta 19. stol.:** přechod z kávy na čaj; Britové zavádějí železnice, čajové aukce a exportní infrastrukturu
- **1925:** vzniká **Tea Research Institute v Talawakelle**, vědecké centrum pro šlechtění a zpracování
- **1948:** po nezávislosti začíná znárodnění plantáží a růst domácích výrobců

- **dnes:** čaj je nejdůležitější zemědělskou exportní plodinou; Srí Lanka patří k největším exportérům s důrazem na kvalitu

## Pěstitelské oblasti a čajové pásma

Srí Lanka rozděluje čaj podle **nadmořské výšky**, která ovlivňuje chuť, barvu i aroma:

### 1. Vysokohorský čaj (High grown - 1200-2000 m)

- **Oblasti:** Nuwara Eliya, Uda Pussellawa, Dimbula
- **Charakter:** světlý nálev, jemná květinová až citrusová vůně, elegantní, lehké tělo
- **Nuwara Eliya Tea:** někdy přirovnáván k Darjeelingu - „šampaňské mezi čaji“

### 2. Střední pásmo (Mid grown - 600-1200 m)

- **Oblasti:** Kandy, Matale
- **Charakter:** vyvážený, silnější než high grown, často s tóny koření a ovoce
- **Historicky první oblast čaje na ostrově**

### 3. Nížinný čaj (Low grown - pod 600 m)

- **Oblasti:** Ratnapura, Galle, Sabaragamuwa
- **Charakter:** tmavý, plné tělo, výrazný, vhodný k mléku
- **Největší objem produkce, často do směsí pro export (např. do Turecka, Ruska, Íránu)**

## Typy a zpracování čaje

Čaj pěstovaný a vyráběný na Srí Lance se zpracovává několika různými způsoby, které určují výslednou chuť, barvu i charakter nálevu. Nejrozšířenější je černý čaj, který prochází plnou oxidací - tedy tzv. fermentací. Tento typ tvoří naprostou většinu srílanské produkce a je dále tříděn podle velikosti lístků, např. **OP** (Orange Pekoe), **BOP** (Broken Orange Pekoe) či velmi jemný **Dust**, vhodný do čajových sáčků.

Méně rozšířený, ale stále významnější je **zelený čaj**, který se nefermentuje - jeho listy se buď napařují (podobně jako v Japonsku), nebo se suší na pánvi (čínský styl). Zelený čaj se pěstuje zejména v nižších polohách a má svěžejší chuťový profil.

Za nejvzácnější se považuje **bílý čaj**, často označovaný jako **Silver Tips**. Vyrábí se z nejmladších, ještě nerozvinutých lístků, které se sbírají výhradně ručně za suchého počasí a suší se přirozeně bez oxidace. Tento čaj má jemnou, nasládlou chuť, velmi nízký obsah kofeinu a je považován za luxusní produkt, určený téměř výhradně pro export.

Experimentálně se vyrábí i **oolong**, částečně fermentovaný čaj, který se pohybuje mezi černým a zeleným čajem, a svou komplexností oslovuje především fajnšmekry.

Zcela samostatnou kapitolou jsou bylinné směsi – často se kombinují s mátou, citronovou trávou, skořicí, květy ibišku nebo sušeným ovocem. Tyto tzv. **herbal blends** bývají oblíbené pro svou aromaticnost a neobsahují kofein.

## Ekonomika a obchod

- **Hlavní exportní trhy:** Rusko, Írán, Turecko, Irák, SAE, Japonsko, Německo
- **Colombo Tea Auction:** jedna z nejstarších a největších čajových burz na světě
- **Pracovní síla:** stovky tisíc lidí, převážně tamilského původu, pracují jako sběrači a třídící personál
- **Certifikace:** fair trade, organic, Rainforest Alliance – stále rozšířenější u malovýrobců

## Čaj v kultuře

Na Srí Lance je čaj skutečně všudypřítomný – podává se v domácnostech, kláštrech, vlacích i u pouličních stánků. Běžnou podobou je silný černý čaj slazený cukrem a zjemněný kondenzovaným mlékem, známý jako „milk tea“. Nabídnout čaj hostu patří k základním gestům pohostinnosti – návštěva bez šálku čaje je téměř nemyslitelná. Na venkově se často podává společně s kouskem jaggery, tedy hnědého cukru z palmové šťávy, který čaji dodává zemitější sladkost. Sběr čajových lístků probíhá tradičně ručně – vybírají se dva nejmladší lístky a jeden pupen, a tuto práci zpravidla vykonávají ženy, jejichž barevná sarí kontrastují s jednotným zeleným reliéfem plantáží.

## Návštěva čajových plantáží

Návštěva čajových plantáží na Srí Lance patří k nejpůsobivějším zážitkům, které může ostrov nabídnout. Nejčastěji se turisté vydávají do regionů jako Nuwara Eliya, Ella, Hatton či Talawakelle, kde se plantáže rozprostírají ve vysokohorské krajině a často se táhnou až k obzoru. Během prohlídek je možné nahlédnout nejen do polí, ale i do zpracovatelských továren, kde se čaj suší, třídí a balí. Návštěvníci si mohou vyzkoušet i vlastní sběr lístků s košíkem přes rameno a ochutnat jednotlivé třídy čaje přímo v místě jejich vzniku. Mezi známé značky, které nabízejí prohlídky nebo vlastní čajovny, patří například Mackwoods, Dilmah, Mlesna, Damro či ekologicky zaměřený Amba Estate v Elle. Vedle velkých producentů tu však rostou i malé nezávislé podniky zaměřené na organickou produkci a export výběrového čaje – například Haputale Highlands nebo zmiňovaný Amba Estate, kde čaj skutečně voní krajinou, z níž pochází.

- **Nuwara Eliya, Ella, Hatton, Talawakelle:** regiony s možností návštěv plantáží
- **Zážitky:** prohlídky zpracovatelských továren, sběr s košíkem, degustace jednotlivých tříd
- **Slavné značky:** Mackwoods, Dilmah, Mlesna, Damro, Amba Estate
- **Boutique čaje:** malé nezávislé podniky produkující organický čaj pro export – např. **Amba Estate (Ella), Haputale Highlands**

## Ekologické a etické otázky

- **Klimatické změny:** posun optimálního pásma do vyšších nadmořských výšek

- **Sociální postavení sběračů:** mnoho pracovníků žije v chatrčích; rostou však iniciativy na zlepšení podmínek
- **Monokultura:** postupný přechod k biodiverzitě, stínovým plodinám a regenerativnímu zemědělství
- **Mladí odcházejí:** čaj je náročná práce – vznikají projekty propojující čaj s cestovním ruchem a podnikáním

## Zajímavosti

- **Srílanský čaj byl podáván na korunovaci královny Alžběty II.**
- **„Ceylon Tea Trails“** – luxusní hotelový koncept v bývalých plantážnických vilách
- **Dlouhověkost některých keřů:** některé čajovníky v Nuwara Eliya jsou přes 100 let staré
- **Den čaje:** každoročně se slaví „International Ceylon Tea Day“ 1. července (na počest výročí čajového průmyslu)

Pít čaj na Srí Lance není jen akt hydratace. Je to způsob, jak zpomalit, poděkovat, nabídnout úctu nebo uvítat hosta. Dopřejte si šálek v mlze na terase v Nuwara Eliya, na nádraží v Ella nebo v hostinci mezi džunglí a čajovníky. Nechte se vést vůní, která kdysi změnila dějiny celého ostrova – a dodnes určuje jeho rytmus.

## Káva na Srí Lance

Káva na Srí Lance má pozoruhodně proměnlivý osud: od kdysi světově významného vývozního artiklu v 19. století až po téměř úplné vymizení – a znovuobjevovanou delikatesu v 21. století. Ostrov, který dnes známe především jako říši čaje, byl ještě před příchodem britských kolonistů krajem, kde se káva pěstovala a pila především na domácí úrovni. Britové však z pěstování kávy učinili strategickou zemědělskou prioritu, než ji smetla katastrofální nemoc zvaná „coffee rust“.

Dnes prochází srílanská káva **renesancí**, ovšem ne jako plodinový gigant, ale jako **malý, kvalitní, řemeslný produkt** s důrazem na terroir, výškové polohy a ekologii.

Káva na Srí Lance není obří průmysl, ale **malý svět ukrytý v údolích a lesích**, kde se kvalita pěstuje pomalu, ručně a s respektem. Pro milovníky kávy je tento ostrov tichým objevem – ne jako nárazníková degustace, ale jako zážitek, který začíná rozhovorem s farmářem, pokračuje skrz vůni pražírny a končí šálkem v ruce při pohledu na kopce, kde všechno začalo.

## Historie kávy na Srí Lance

- **17. století:** Arabští a holandské obchodníci přinášejí kávu do pobřežních oblastí – malopěstování pro osobní spotřebu
- **1824:** Britové zavedli komerční pěstování kávy do oblasti Kandy
- **1830-1869:** období **kávového boomu** – tisíce akrů v centrální vysočině jsou přeměněny na kávovníkové plantáže
- **1869:** vypuknutí choroby **Hemileia vastatrix** (tzv. „coffee rust“) → během několika let devastuje celé odvětví
- **1870-1880:** káva téměř nahrazena čajem, zejména v oblasti Nuwara Eliya

- **20. století:** zbytky kávy se pěstují okrajově, většinou ve smíšených zahradách nebo komunitních systémech
- **po roce 2000:** rostoucí zájem o speciality coffee → vznik malých farem, především v ekologickém režimu

## Geografie a pěstební oblasti

Káva se dnes pěstuje **ve středních a vyšších polohách** (600–1600 m n. m.), kde je klima chladnější a vlhké, půdy jsou bohaté a svahy zajišťují dobrý odtok.

- **Kandy:** historické centrum pěstování, tradiční agroforestry systém, často káva pod stromy
- **Matale & Knuckles Range:** vysoká vlhkost, stinné lesní porosty, udržitelný způsob pěstování
- **Uva Province (Badulla, Bandarawela, Ella):** vysokohorské oblasti, výborné podmínky pro Arabicu
- **Nuwara Eliya (Kotmale):** okrajová produkce, obvykle v kombinaci s čajem
- **Sabaragamuwa a Ratnapura:** smíšené hospodářství, v některých oblastech návrat k arabice v malém měřítku

## Odrůdy a zpracování

- **Druhy:** téměř výhradně **Arabica (Coffea arabica)** – zejména odrůdy jako SL28, SL34, Bourbon, Catuai
- **Zpracování:**
  1. **Washed / mokré:** tradiční metoda – čistý, jemný profil
  2. **Natural / suché:** stále populárnější – sladší, ovocnější tóny
  3. **Honey / polosuché:** novinka v některých mikroplantážích
- **Chuťový profil:** typicky jemný, střední tělo, citrusová nebo čokoládová dochuť, velmi nízká acidita

## Současná produkce a export

- Srí Lanka produkuje **méně než 1 % světové kávy**, ale stává se zajímavou destinací pro **speciality coffee exportéry**
- Hlavními odběrateli jsou Japonsko, Německo a USA
- Vznikají **kooperativy malých farmářů**, které se zaměřují na organickou produkci
- Některé podniky obnovují značky inspirované koloniální minulostí (např. „Ceylon Coffee“) jako butikové produkty

## Káva v kultuře a gastronomii

- V době britské koloniální éry byla káva považována za „nápoj vyšších vrstev“ – podávala se v klubech a plantážnických domech
- Po rozšíření čaje se káva z každodenního života téměř vytratila
- Dnes ji lze nalézt především ve **specializovaných kavárnách v Kolombu, Kandy nebo v Ella**, které často kombinují kávu s designem, literaturou či galerií

- Obnovuje se také **srílanský styl „cold brew“ s kokosovým mlékem a kořením**

## Etnografie a pěstování kávy

- Kávovníky často rostou ve **smíšených sadech** (se skořicí, pepřem, hřebíčkem, banány) – jde o udržitelný a biodiverzitní model
- Sběr je **ruční**, prováděný převážně tamilskými pracovníky z komunit původně přivezených britskými kolonisty
- Některé malé farmy umožňují **agroturistiku a pobyt na plantáži** – včetně pražení a ochutnávky

## Výzvy a budoucnost

- **Nízký výnos:** ve srovnání s čajem je káva méně produktivní
- **Klimatické změny:** ovlivňují výškové pásmo vhodné pro Arabiku
- **Znalost zpracování:** stále roste, ale chybí infrastruktura pro masovější fermentaci a export
- **Zájem mladých:** návrat k řemeslné zemědělské produkci je na vzestupu – s novými podniky, které spojují udržitelnost, design a kvalitu

## Doporučení pro návštěvníky

- Ochutnejte místní kávu v podnicích jako **Beans Coffee Factory (Ella), The Kandy Garden Café**, nebo **Soul Coffee (Colombo)**
- Navštivte kávovou plantáž v oblasti **Uva** nebo **Knuckles**, kde si můžete zkusit i sběr nebo pražení
- Pozor: běžně v restauracích se často podává instantní káva – kvalitní výběrovou najdete hlavně ve specializovaných podnicích

## Zajímavost

Srílanský výraz pro kávu je často „**kapi**“ (කපි), odvozený z arabského „qahwa“. V některých horských vesnicích lze stále najít staré, planě rostoucí keře kávovníků, které přežily kolonii i nemoc – **živé dědictví zaniklých plantáží**.

## Současnost, výzvy a kultura

Srí Lanka se stále zotavuje z dopadů občanské války (1983–2009), atentátů a hospodářské krize. Přesto zůstává kulturně živou a vnitřně odolnou zemí – v níž se vedle sebe objevují buddhistické stúpy, hinduistické kovové věže gopuram, mešity i portugalské kostely.

Srílanský lid je pohostinný, hrdý a zvědavý – ať už jde o řidiče tuktuku, mnicha v oranžovém rouchu nebo čajového sběrače z Tamil Nadu.

## Závěrečná poznámka

Srí Lanka není jen „malá Indie“. Je to ostrov s vlastním rytmem, vlastními božstvy, vlastní bolestí i krásou. Kdo se vydá do jejího vnitrozemí, vystoupá k jejím chrámům a zastaví se v tichu mezi políčky rýže a čaje, zjistí, že se mu pod kůži vryje ne výkřikem – ale šepotem, který nelze zapomenout.

## Příklady tras

### 8denní trasa - Srí Lanka pro zvědavé cestovatele (červen, kultura + příroda + čaj/káva)

#### ☐ Den 1: Přílet - Negombo (nocleh 1)

- Přílet na letiště **Bandaranaike (CMB)**
- Krátký přesun do **Negomba** (15 km / 30 min)
- Procházka městem: křesťanské kostely, rybí trh, koloniální kanály
- Odpočinek po letu
- ☐ Ubytování: Negombo
- ☐ Vzdálenost: 15 km
- ☐ Časová náročnost: jen transfer, max 1 hod

#### ☐ Den 2: Negombo → Dambulla / Sigiriya (nocleh 1)

- Přejezd do centrální části ostrova (v oblasti bez monzunových dešťů)
- **Dambulla skalní chrám**: buddhistické jeskyně s 150+ sochami
- Možnost večerní návštěvy venkovské domácnosti nebo tržiště
- ☐ Dambulla nebo Sigiriya (nocleh)
- ☐ Vzdálenost: 140 km
- ☐ Čas: cca 4 hod (autobusem nebo autem)

#### ☐ Den 3: Sigiriya → Polonnaruwa → zpět (nocleh 2)

- Ráno výstup na skalní pevnost **Sigiriya** (200 m, cca 2 h)
- Odpoledne výlet do **Polonnaruwy** (UNESCO) – ruiny středověkého města
- Noc opět ve stejném ubytování
- ☐ Sigiriya/Dambulla (2. noc)

- ☐ Sigiriya-Polonnaruwa-zpět: 120 km
- ☐ Celkem na cestě: cca 3 hod
- ☐ Prohlídky: 4-5 hod

## ☐ Den 4: Sigiriya → Kandy (nocleh 1)

- Přes **Matale**: možnost zastávky u hinduistického chrámu nebo zahrady koření
- Odpoledne v **Kandy**: procházka kolem jezera, večerní púdža v **Chrámu Buddhova zubu**
- ☐ Kandy (nocleh)
- ☐ Vzdálenost: cca 90 km
- ☐ Čas: cca 3 hod

## ☐ Den 5: Kandy → kávová farma → Ella (nocleh 1)

- Ráno přesun do kávové oblasti **Uva / Bandarawela / Amba Estate**
- Návštěva ekologické kávové farmy: sběr, zpracování, ochutnávka
- Večer příjezd do **Ella** - horské městečko v čajové krajině
- ☐ Ella (nocleh)
- ☐ Kandy - Ella: cca 160 km
- ☐ Čas: cca 5 hod (doporučeno autem nebo s řidičem)

## ☐ Den 6: Ella - čajová krajina, odpočinek (nocleh 2)

- Dopoledne procházka na **Nine Arch Bridge, Little Adam's Peak**
- Odpoledne návštěva čajové továrny (**Halpe Tea / Dambattenne**), možnost degustace
- Volný večer, pohledy na kopce
- ☐ Ella (2. noc)
- ☐ Místní výlety do 10 km
- ☐ Procházky 2-4 hod dle volby

## ☐ Den 7: Ella → Nuwara Eliya vlakem (nocleh 1)

- Dopolední jízda jednou z **nejkrásnějších železnic na světě**
- Příjezd do **Nanu Oya**, přesun do **Nuwara Eliya**
- Koloniální centrum čaje, možnost navštívit botanickou zahradu, tržiště nebo britský klub
- ☐ Nuwara Eliya (nocleh)
- ☐ Ella-Nanu Oya vlakem: cca 55 km / 4 hod
- ☐ Nanu Oya - Nuwara Eliya: 10 km
- ☐ Celkem: cca 5 hod (včetně přesunů)

## ☐ Den 8: Nuwara Eliya → Colombo (odlet)

- Dopolední sestup z hor (vlak nebo auto – rychlejší)
- Možnost krátké zastávky v Kolombu podle času letu
- Odlet z **Bandaranaike International Airport (CMB)** večer
- ☐ Vzdálenost: cca 160 km
- ☐ Čas: 5–6 hod dle dopravy a provozu
- ☐ Doporučený let nejdříve po 19:00

## ☐ Souhrn přespání:

Den	Lokalita	Počet nocí
1	Negombo	1
2–3	Sigiriya/Dambulla	2
4	Kandy	1
5–6	Ella	2
7	Nuwara Eliya	1

## ☐ Získáte:

- **Sigiriya + Dambulla + Polonnaruwa** – tři nejvýznamnější památky kulturního trojúhelníku
- **Buddhistické centrum v Kandy**
- **Venkovské oblasti a kávová farma** v oblasti Uva
- **Čajové plantáže a železniční jízdu** skrz vysočinu
- **Dvě pomalejší dvoudenní zastávky** (Sigiriya a Ella)
- **Vše mimo hlavní monzunovou oblast** – vhodné pro cestu v červnu

## ☐ Možné rozšíření trasy o moře (ideální pro červen)

Pokud chcete kombinovat poznávací trasu s odpočinkem u moře, je nejvhodnější přidat **1-2 noci na východním pobřeží**, kde je v červnu **sucho a klidné moře**. Nejlepší volbou je **Trincomalee** nebo blízké pláže **Nilaveli** a **Uppuveli**.

## ☐ Vložení do trasy:

Rozšíření lze vložit mezi dny **3 a 4**:

- **Den 3 večer:** po výletu do Polonnaruwy nevracet se do Sigiriye, ale přejet do **Trincomalee** (cca 2,5 hod. autem / taxi)
- **Den 4:** relax u moře – možnost šnorchlování, výletu lodí nebo návštěvy hinduistického chrámu **Koneswaram** (na útesech nad mořem)
- **Den 5 ráno:** přejezd do Kandy (cca 5 hod. – přímý spoj přes horu Dambullu nebo Matale)

## ☐ Alternativa - navíc jako den 9:

- Pokud chcete zachovat základní trasu bez úprav, lze **přidat 9. den** po návratu do Colomba a večer **přeletět/odjet** do Trincomalee (vlak, auto, vnitrostátní let) a zůstat u moře 2-3 noci.

## ☐ Doporučené pláže:

- **Nilaveli** - klidná, široká, bílý písek, málo turistů
- **Uppuveli** - živější, dostupné bary a restaurace
- **Trincomalee (Dutch Bay)** - kulturní i historické centrum, pevnost, chrám Koneswaram

## ☐ Mořské aktivity:

- Šnorchlování u **Pigeon Island**
- Návštěva **chrámu Koneswaram** a horkých pramenů **Kanniya**
- Pozorování velryb (někdy i v červnu)
- Relax na pláži nebo čerstvé mořské plody

## ☐ Doporučení přespání:

Den	Lokalita	Počet nocí
---	-----	-----
1	Negombo	1
2-3	Sigiriya/Dambulla	2
4	Trincomalee	1-2
5	Kandy	1
6-7	Ella	2
8	Nuwara Eliya	1

## ☐ Výhody rozšíření:

- Koupání a odpočinek na pláži ve **správném klimatickém pásmu**
- **Nábožensky cenný chrám Koneswaram** (hinduismus + kolonialismus)
- Obohacení trasy o další **etnicko-náboženský prvek (Tamilové)**

From:

<https://cesty.in/> - Cestovatelské stránky

Permanent link:

[https://cesty.in/sri\\_lanka?rev=1747072773](https://cesty.in/sri_lanka?rev=1747072773)

Last update: **2025/05/12 19:59**

