



BALI

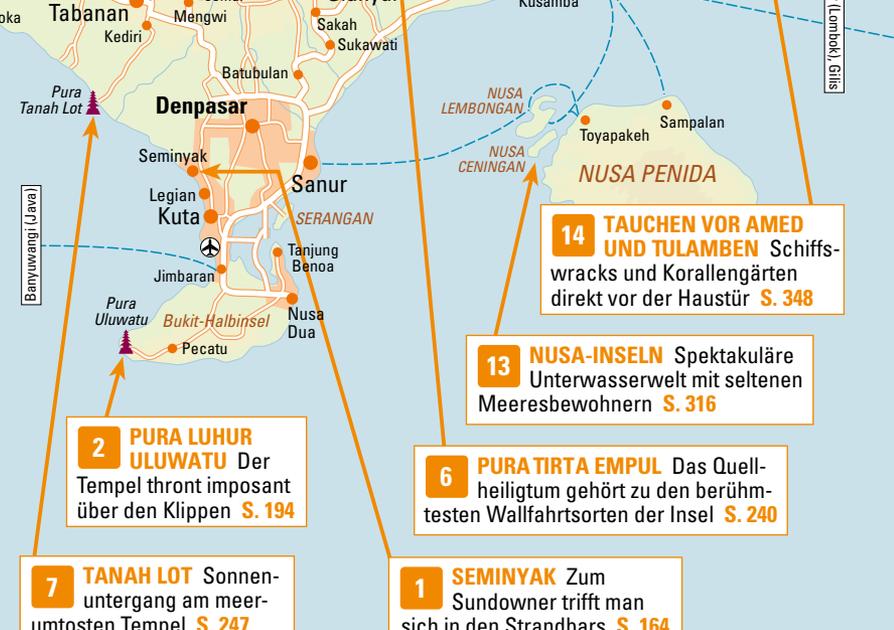
Lombok

Die Welt auf
eigenen Wegen
entdecken

Mit
**BUDGET-
TIPPS**

STEFAN LOOSE
TRAVEL HANDBÜCHER





9., vollständig überarbeitete Auflage

Reiseziele und Routen

Travelinfos von A bis Z

Land und Leute

Süd-Bali

Zentral-Bali

West-Bali

Nord-Bali

Ost-Bali

Lombok

Anhang

Mischa Loose
unter Mitarbeit von Moritz Jacobi

BALI

Lombok

STEFAN LOOSE
TRAVEL HANDBÜCHER



Inhalt

Routenplaner 6

Highlights	6
Reiseziele und Routen	21
Klima und Reisezeit	29
Reisekosten	30

Travelinfos von A bis Z 32

Anreise	33
Botschaften und Konsulate	35
Einkaufen	37
Essen und Trinken	39
Fair reisen	45
Fotografieren	48
Frauen unterwegs	48
Geld	49
Gepäck und Ausrüstung	50
Gesundheit	52
Informationen	55
Internet	56
Kinder	56
Medien	59
Post	59
Reisende mit Behinderung	60
Sicherheit	61
Sport und Aktivitäten	63
Telefon	67
Transport	68
Übernachtung	74
Unterhaltung	74
Verhaltenstipps	75
Versicherungen	77
Visa	78
Zeit und Kalender	79
Zoll	79

Land und Leute 80

Geografie	81
Flora und Fauna	82
Umwelt und Naturschutz	84
Bevölkerung und Gesellschaft	84
Geschichte	93
Regierung und Politik	112
Wirtschaft	113
Religion	114
Kunst und Kultur	119



Süd-Bali 140

Denpasar	143
Kuta	148
Legian	160
Seminyak	164
Strände nördlich von Seminyak	173
Sanur	177
Serangan	187
Benoa Harbour	188
Jimbaran	189
Bukit-Halbinsel	191
Nusa Dua	195
Tanjung Benoa	198



Zentral-Bali	200
Ubud	203
Westlich von Ubud	227
Spaziergänge rund um Ubud	228
Südlich von Ubud	231
Eine Tagestour ab Ubud	233
Östlich von Ubud	234
Nördlich von Ubud	238
Gianyar und Umgebung	241
Bangli und Umgebung	242



Nord-Bali	270
Singaraja	273
Lovina	275
Umgebung von Lovina	280
Bratan-Massiv	281
Touren in Nord-Bali	282
Munduk und Umgebung	286
Rundwanderungen um Munduk	288
Batur-Massiv	292
Von Singaraja nach Osten	296



West-Bali	244
Tanah Lot	247
Tabanan	248
Die Umgebung von Tabanan	251
Jatiluwih	254
Gunung Batukaru	255
Südliche Westküste	257
Negara und Umgebung	260
Christliche Dörfer	262
Gilimanuk	263
Bali Barat-Nationalpark	263
Pemuteran	265



Ost-Bali	300
Semarapura (Klungkung)	302
Umgebung von Semarapura	305
Besakih	306
Gunung Agung	307
Sidemen	308
Nusa Penida	311
Von Rendang nach Tirtagangga	312
Nusa Lembongan	318
Goa Lawah	325
Padang Bai	325
Candi Dasa	330
Tenganan	334
Amlapura (Karangasem)	336
Umgebung von Amlapura	338
Gunung Seraya	341
Amed	342
Tulamben	348



Lombok **350**

Lembar	355
Sekotong-Halbinsel	356
Kuta Lombok und die südlichen Strände	359
Ekas-Halbinsel	365
Praya und der Flughafen	366
Sukarara	367
Tetebatu und Umgebung	368
Mataram	370
Die Umgebung von Mataram	375
Senggigi	376
Bangsai und Umgebung	384
Gili Trawangan	386

Gili Meno	398
Gili Air	402
Gunung Rinjani	407
Besteigung des Gunung Rinjani	409
Die östlichen Gilis	412
Labuhan Lombok	413

Anhang **414**

Sprachführer	414
Glossar	422
Reisemedizin zum Nachschlagen	423
Filme	431
Index	432
Danksagung	441
Bildnachweis	442
Impressum	443
Kartenverzeichnis	444

Reiseatlas **454**

Themen		
Weniger fliegen – länger bleiben! Reisen und Klimawandel	34	Ratna Banten 236
Kleiner Einkaufsatlas	37	Der „Mond von Pejeng“ 237
Bali-Wein	44	Die Reiher von Petulu 238
All Safe in Paradise – zur Gefahr eines Terroranschlags auf Bali	61	Petanu-Fluss und Pura Tirta Empul 240
Tsunami-Gefahr auf Bali	62	Naturkräfte bedrohen Tanah Lot 248
Tauchreviere vor Bali und Lombok	65	Die Wasserbüffelrennen von Negara 261
Tempel der Erholung und Ruhe	66	Tauchreviere rund um Pulau Menjangan 265
Die heiligen Banyan-Bäume	82	Das Biorock-Projekt 267
Balinesische Hunde und Tollwut	83	Die Legende vom Batur-See 293
Natur- und Tierschutz auf Bali	85	Der Hof von Gelgel 304
Lontar-Schriften	86	Die Salzmacher von Kusamba 306
Frauen auf Bali	87	Die größte Zeremonie auf Bali 309
Der Hahnenkampf	89	Ein Refugium fürs Federvieh 314
Warum es so viele Wayans und Ketuts gibt	91	Die Algenfarmer 320
Opfer ohne Anerkennung	104	Die Unterweltsschlangen 325
Bali vor 40 Jahren	110	Der verlorene Strand von Candi Dasa 333
Das indonesische Staatswappen	112	Wie die Bali Aga zu ihren Ländereien kamen 335
Der Kris (Keris)	129	Traditionen der Bali Aga 336
Tänze für Touristen	135	Schaukämpfe und Bankette 338
Die Rolle des Clowns	137	Die Kultur der Sasak 354
Das Ramayana	139	Zwei Jahre für eine Perle 357
Der Kecak-Tanz am Uluwatu	196	Ein Fest für die Meereswürmer 360
Wie die Künstler nach Ubud kamen	205	Die rituellen Stockkämpfe der Sasak 366
		Das grüne Gewissen der Gilis 390
		Tauchen und Schnorcheln vor den Gilis 395

BALI LOMBOK

Die Highlights

Hier ist für jeden Geschmack etwas dabei: Magische Tempel und exotische Tänze für Kulturinteressierte, malerische Reisfelder, Wasserfälle und Vulkane für Naturliebhaber, vielseitige Tauchspots für Aktive, exzellente Restaurants für Gourmets und entspannte Strände zum Abhängen für Sonnenanbeter.





1 SEMINYAK Der beste Platz, um den pittoresken Sonnenuntergang zu genießen, sind die bequemen Sitzkissen der lässigen, bunten Strandbars, die ab dem späten Nachmittag mit guter Livemusik um Kundschaft werben. Bei einem eisgekühlten Bier oder einem Cocktail kommt mit Blick auf die letzten sich in der tosenden Brandung reflektierenden Sonnenstrahlen garantiert Urlaubsstimmung auf. Anschließend lohnt ein abendlicher Spaziergang in die vollkommen zu Recht als „Eat Street“ bekannte Jalan Kayu Aya. Hier reihen sich so viele exzellente Restaurants aneinander, dass die Wahl schwerfallen wird. S. 164





2

PURA LUHUR ULUWATU

In atemberaubender Lage direkt auf den steilen Klippen oberhalb der tosenden Brandung thront der Tempel, der zu den wichtigsten Heiligtümern der Insel zählt. S. 194

3

TANZAUFFÜHRUNGEN IN UBUD

Der Besuch einer der Tanzaufführungen im kulturellen Zentrum Balis ist der beste Einstieg in die einmalige Kultur der Insel. Die Exotik der Darbietungen und die Kunstfertigkeit der Tänzer ziehen jeden in ihren Bann. S. 208

4

AFFENWALD VON SANGHE

Der magisch anmutende Wald beherbergt nicht nur einen Tempel, sondern auch Hundertschaften frecher Affen und ist weit weniger touristisch als sein Pendant in Ubud. S. 227



3



4





5 GUNUNG KAWI Spektakulär in den Fels geschlagene hinduistische Monumente, Einsiedlerhöhlen und kunstvolle Reisterrassen säumen die steile Schlucht des Pakrisan-Flusses – ein Heiligtum, das zum Verweilen einlädt. S. 239

6 PURA TIRTA EMPUL Die Tempelanlage rund um die sagenumwobenen heiligen Quellen ist ein beliebter Wallfahrtsort. Täglich pilgern viele Gläubige für ein heilsames Bad hierher, denn das Wasser soll magische Kräfte besitzen. S. 240

7 TANAH LOT (s. Folgeseite) Der meerumtoste Tempel ist der am eindrucksvollsten gelegene und der wohl meistfotografierte der Insel. S. 247











8 JATILUWIH Die größten Reisterrassenformationen der Insel zählen zum Weltkulturerbe und laden zu einem Spaziergang am Hang des Gunung Batukaru ein. S. 254

9 PULAU MENJANGAN Die dem Bali Barat-Nationalpark vorgelagerte Insel ist unbewohnt, doch in den umliegenden Korallenriffen tummeln sich zahllose bunte Meeresbewohner. S. 264

10 GITGIT UND SEKUMPUL Die schönsten Wasserfälle Balis finden sich im Norden. Beide stürzen aus großer Höhe in dicht bewachsene Dschungelschluchten – ein beeindruckendes Naturschauspiel. S. 281 und S. 297



11



12



11 MUNDUK Vom wunderbar gelegenen Dorf bieten sich beeindruckende Aussichten auf die Bergwelt. Bei Wanderungen lassen sich das geruhsame Dorfleben und die authentische Freundlichkeit der Menschen erleben. S. 286

12 CALDERA DES GUNUNG BATUR Der Blick auf den Bergsee und den Vulkan inmitten eines riesigen älteren Vulkankegels ist sagenhaft. Bei der Erkundung wähnt man sich in einer fremdartigen Mondlandschaft. S. 293

13 NUSA-INSELN Die Unterwasserwelt mit Korallengärten, Hochseefischen und Steilwänden ist ein Paradies für erfahrene Taucher. Sogar Mantarochen und urzeitliche Mondfische lassen sich entdecken. S. 316







14 TAUCHEN VOR AMED UND TULAMBEN An der trockenen, felsigen Nordostküste liegen farbige Korallenstücke, formenprächtige Schwämme und fischreiche Schiffswracks praktisch vor der Haustür. S. 348

15 GILIS Auf den beliebtesten Strandinseln von Indonesien kommen Backpacker, Taucher, Partygänger und Ruhesuchende aus aller Welt zusammen. S. 387

16 GUNUNG RINJANI (s. Folgeseite) Die Besteigung von Indonesiens zweithöchstem Vulkan ist ein anstrengendes, aber sehr lohnenswertes Abenteuer. S. 407





Reiseziele

Die tropischen Inseln Bali und Lombok haben alles zu bieten, was Touristenherzen höherschlagen lässt: abwechslungsreiche, eindrucksvolle Naturlandschaften, eine einzigartige, lebendige Kultur und lange Sandstrände. Intakte Korallenriffe und Surfgebiete von Weltklasse, kunstvoll angelegte Reisterrassen und riesige Vulkane. Exzellente Hotels, Restaurants, Clubs und Shoppingoasen. Klassisches Kunsthandwerk, mystische Tänze, moderne und traditionelle Maleirei und die höchste Tempeldichte der Welt mit spektakulären, reich verzierten Bauten. Dies sind nur einige der Gründe, warum jedes Jahr Millionen von Touristen ihren Urlaub hier verbringen. Die Inseln sind von ihrer Größe her überschaubar, besonders auf Bali ist jeder Winkel innerhalb weniger Stunden problemlos zu erreichen.

Die balinesische Kultur wartet vor der Tür: Auf den schmalen Straßen liegen kleine Opfergaben für die Dämonen bereit, in erhöhter Position finden sich auch solche für die Götter. Es können tausende Tempel in mannigfaltigen For-

Die 7 schönsten Heiligtümer

- Gunung Kawi (S. 239)
- Pura Tirta Empul (S. 240)
- Pura Tanah Lot (S. 247)
- Pura Taman Ayun (S. 253)
- Pura Luhur Batukaru (S. 255)
- Pura Meduwe Karang (S. 297)
- Pura Dalem Segara Madhu (S. 297)

men erkundet werden. Nicht nur die einheimische Baukunst, sondern auch detailgenaue Relieifarbeiten mit einer Fülle von Motiven und die vielen traditionellen Tänze bringen Besucher zum Staunen.

Bei einer Fahrt über die Insel wird man festlichen Prozessionen begegnen und aufwendig geschmückte Tempelanlagen stoßen, denn dank des komplexen religiösen Lebens gibt es jeden Tag etwas zu feiern. Religion und Alltagsleben sind untrennbar verbunden, weshalb die balinesische Kultur auch für Touristen tagtäglich erlebbar ist.

Die 7 schönsten Aussichten

- vom Pondok Wisata Patal Kikian bei Sidemen (S. 310)
- vom Pondok Bukit Putung bei Putung (S. 313)
- vom Leuchtturm östlich des Gunung Seraya (S. 342)
- vom Sunset Point oberhalb der Bucht von Jemeluk (S. 342)
- vom Gipfel des Gunung Agung (S. 307) oder Gunung Rinjani (Lombok, S. 407)
- vom Restaurant des Lakeview Hotel im Batur-Massiv (S. 296)
- vom Pura Luhur Uluwatu zum Sonnenuntergang (S. 194)

Der Natur auf der Spur

Egal, ob sich Besucher für Wasserschildkröten oder seltene Vogelarten interessieren, gern wandern oder lieber meditierend unter einem Banyan-Baum sitzen – Bali und Lombok bieten für jeden das Passende: von Palmen, Farn- und Bergwäldern bis hin zu kargen Vulkanlandschaften, von saftig-grünen Reisterrassen bis hin zu steilen Klippen.

Für Bergsteiger sind der **Gunung Batur** (S. 292) im Norden von Bali, der **Gunung Agung** (S. 307 und Kasten S. 308) im Osten und der **Gunung Rinjani** (S. 407) auf Lombok am besten ge-

Die 7 prächtigsten Statuen auf Bali



© MISCHA LOOSE

Gatotkaca zieht in die Schlacht von Kurukshetra, eine Szene aus dem indischen *Mahabharata*-Epos.

In vielen Städten schmücken riesige, kunstvolle Statuen die zentralen Kreuzungen. Eine kleine Auswahl der spektakulärsten Figuren:

- An der Zufahrtsstraße zum Flughafen erinnert eine riesige Statue an **Gatotkaca**, einen der tollkühnen Krieger des *Mahabharata*-Epos. Er reitet auf seinem Streitwagen seinem sicheren Tod im Kampf gegen den bösen Karna entgegen.
- Die **Dewa Ruci-Statue** an der Kreuzung der Jl. By Pass Ngurah Rai mit der Sunset Rd. in Kuta zeigt Bima aus dem *Mahabharata*-Epos im Kampf mit einer Naga-Schlange.
- Im Zentrum von Denpasar blickt die Brahma repräsentierende **Catur Muka-Statue** in alle Himmelsrichtungen (S. 143).
- Nördlich von Sanur an der Kreuzung der Jl. By Pass Ngurah Rai und Jl. By Pass Ida Bagus Mantra thront die **Titi Banda-Statue**, die Rama aus dem *Ramayana*-Epos darstellt, der mit Hilfe einer Affenarmee eine Brücke über das tosende Meer baut, um seine geliebte Sita aus der Gefangenschaft zu befreien.
- An der Hauptkreuzung in Sakah südlich von Ubud thront **Patung Bayi**, die hochverehrte Baby-Statue des legendäre Kriegers Kebo Wanara, die in Vollmondnächten weinen und krabbeln soll.
- Westlich des Stadtkerns von Gianyar teilt der sagenumwobene Riese **Kebo Iwa** die Straße. Er soll für einige der beeindruckendsten Naturattraktionen und Tempel verantwortlich sein (s. Kasten „Die Legende vom Batur-See“ S. 293).
- Im Botanischen Garten von Bedugul (S. 285) erinnert die pompöse **Kumbakarna Laga-Statue** an eine Episode aus dem *Ramayana*-Epos, als der Beschützer des Dämonenfürsten Rawana von Affen angegriffen wird.

eignet. Schöne Wanderungen sind zudem rund um **Munduk** (S. 286), **Sidemen** (S. 308) und **Tirtagangga** (S. 339) möglich.

Die entspanndste Art, die vielfältige Natur zu genießen, bietet der **Botanische Garten** (S. 285) von Bedugul in Nord-Bali. Im Nord-

teil der Insel findet sich zudem die spektakuläre Mondlandschaft der **Caldera des Gunung Batur** (S. 292). An den Hängen des zentralen Bergmassivs verstecken sich in tiefen Dschungelschluchten die **Gitgit-Wasserfälle** (S. 281), die höchsten der Insel, und der **Sekumpul-Wasserfall** (S. 297), der schönste. Vor der Küste bei **Lovina** (S. 275) lassen sich zum Sonnenaufgang Delphine beobachten.

Die trockensten Gegenden Balis erstrecken sich entlang der gesamten Nordküste, vom ausgedehnten **Bali Barat-Nationalpark** (S. 263) im Westen bis in den äußersten Osten der Insel zum Gunung Seraya. Der Nationalpark bietet die Möglichkeit, besonders seltene Vögel zu beobachten.

Um die vorgelagerte Insel **Menjangan** (S. 264) kommen Taucher und Schnorchler voll auf ihre Kosten. Die Insel **Nusa Penida** (S. 311) ist ein Vogelreservat.

Wer ein Faible für Affen hat, kann sich am Tempel von **Sangeh** (S. 227) oder im Monkey Forest in **Ubud** (S. 203) mit frechen Makaken auseinandersetzen. Imposante Wasserbüffel, die in Rennen gegeneinander antreten, gibt es in **Negara** (West-Bali, S. 260) zu bestaunen.

Balinesische Kunst und Kultur

Kaum jemand wird Bali und Lombok verlassen, ohne einen bleibenden Eindruck von der Kultur und den Traditionen der Menschen bekommen zu haben. Für die Balinesen ist Religion ein essenzieller Bestandteil des Alltags. Die

Die 7 besten Partylocations

- Sky Garden (S. 155)
- La Favela (S. 170)
- Potato Head Beach Club (S. 171)
- La Plancha (S. 171)
- Old Man's (S. 177)
- Pretty Poison (S. 177)
- Single Fin (S. 194)

prächtigen Tempel werden hingebungsvoll gehegt und gepflegt, fast jeden Tag finden religiöse Feste und große Umzüge statt, und die omnipräsenten Opfergaben bezeugen die liebevolle Hinwendung der Balinesen zu ihren Göttern. Die Bewohner von Lombok sind zum überwiegenden Teil Moslems, sie pflegen in den alten Traditionen ihrer *Wetu Telu*-Mischreligion jedoch auch animistische Riten.

Im Kontakt mit den einheimischen Lebensweisen werden Reisenden viele Fragen in den Sinn kommen: Warum sehen balinesische Masken oft so böse aus? Warum wird beim Theater immer wieder die Geschichte des *Ramayana* aufgeführt? Welche Bedeutung haben all die Tänze? Warum liegen Opfergaben vor jedem Haus und an jeder Kreuzung?

Die besten Antworten auf diese und viele weitere Fragen gibt es in **Ubud** (S. 203). Die vielseitigen Tanzaufführungen, Musikdarbietungen, kulturellen Workshops und Manufakturen für Kunsthandwerk beweisen vor allem eines: Religion und Künste sind auf Bali fest mit dem Alltag verwoben.

Tausende von **Tempeln** sind über die ganze Insel verstreut. Viele sind vergleichsweise schlicht gestaltet, verwandeln sich aber zu ihrem Jahrestag, dem **Odalan-Fest** (S. 119), in wahre Prachtstücke. Dann schmücken die Frauen des Dorfes die Tempelmauern mit aufwendig gearbeiteten Blumengestecken und bunten Tüchern. Andere Tempel wie der Muttertempel **Besakih** (S. 306) sind an allen Tagen beeindruckend und ziehen Scharen von Touristen an. Im Südwesten der Insel zeigt der auf einem meermusterten Felsen thronende **Pura Tanah Lot** (S. 247), wie ein Tempel mit seiner natürlichen Umgebung verschmelzen kann. Auch die Hei-

Die 7 besten Beachclubs

- Cocoon (S. 171)
- Potato Head Beach Club (S. 171)
- Finns Beach Club (S. 176)
- The Lawn (S. 177)
- El Kabron Spanish Restaurant & Cliff Club (S. 193)
- Sundays Beach Club (S. 195)
- Komune Resort & Beach Club (S. 241)

ligtümer des **Pura Ulun Danu Bratan** (S. 285) in Nord-Bali, **Pura Luhur Uluwatu** (S. 194) in Süd-Bali sowie **Gunung Kawu** (S. 239) und die Quellen von **Pura Tirta Empul** (S. 240) in Zentral-Bali beeindrucken durch ein atemberaubendes Zusammenspiel mit der Natur. Eine Übersicht der wichtigsten Tempel findet sich auf S. 127, die schönsten Tempel und Heiligtümer auf Bali s. Kasten S. 21.

Kunstinteressierten ermöglichen die **Museen von Ubud** (S. 203) und das **Bali Museum** (S. 144) in Denpasar Einblicke in das Schaffen auf der Insel beheimateter Künstler. In den Dörfern rings um Ubud werden Kunst und Kunsthandwerk nach alter Tradition gepflegt. So ist **Celuk** (S. 232) für seine Schmiede, **Batubulan** (S. 234) für seine Bildhauer und **Mas** (S. 231) für seine Holzschnitzer bekannt.

Strände für Wassersportler und Sonnenanbeter

Bali und Lombok genießen unter Wassersportlern einen Ruf als erstklassige Surf- und Tauchparadiese. Sowohl Surfanfänger als auch -profis finden Wellen in jeder gewünschten Schwierigkeitsstufe, und die Korallenriffe rund um die Inseln sind Lebensraum unzähliger bunter Meeresbewohner. Schöne Badestrände gibt es auch, viele mit weißem, andere mit schwarzem Sand oder Steinen.

Die Gewässer einiger Strände, besonders im Süden und Westen, sind nur für Surfer geeignet: Dort wäre Schwimmen zu gefährlich, da die oftmals von Touristen unterschätzte Strömung zu stark ist.

Die 7 besten Tauchreviere

- Amed und Tulamben (S. 348)
- Pulau Menjangan (S. 264)
- Nusa Penida und Nusa Lembongan (S. 316)
- Pemuteran (S. 269)
- Padang Bai (S. 325)
- Sekotong-Halbinsel (Lombok, S. 356)
- Gilis (Lombok, S. 395)

Die 7 besten Surfpots

- Strände der Bukit-Halbinsel (S. 191)
- Strände nördlich von Seminyak (S. 173)
- Kuta (S. 157)
- Pantai Balian (S. 257)
- Pantai Medewi (S. 258)
- Keramas (S. 241)
- Kuta Lombok (Lombok, S. 364)

Die anspruchsvollsten Wellen bilden sich vor der trockenen **Bukit-Halbinsel** (S. 191) im äußersten Süden und an der **Jembrana-Küste** (S. 260) in West-Bali. Wer kein Profi ist, sollte lieber an den Stränden von **Kuta** (S. 148) oder bei **Canggu** (S. 173) üben, denn an den Reefbreaks der Profistrände kann ein Sturz schmerzhaft oder gar lebensgefährlich sein.

Die Riffe vor **Amed** (S. 342) und **Tulamben** (S. 348) in Ost-Bali sowie vor **Nusa Penida** (S. 316), **Pulau Menjangan** (S. 264), der **Sekotong-Halbinsel** (S. 356) und den **Gilis** (S. 395) vor Lombok eignen sich hervorragend zum Tauchen und meist auch zum Schnorcheln.

Wer einfach nur in der Sonne liegen und ab und zu ins Wasser springen möchte, ist in **Kuta** (S. 148), **Legian** (S. 160), **Seminyak** (S. 164) oder **Sanur** (S. 177) am besten aufgehoben. Zum Ausklang nach einem entspannten Strandtag lockt besonders in Kuta und Seminyak das pulsierende Nachtleben.

Reiserouten

Auf Bali kann man problemlos mehrere abwechslungsreiche Wochen füllen. Es spricht zwar nichts dagegen, sich vorwiegend an einem Ort aufzuhalten, um in den lokalen Alltag einzutauchen. Die gut ausgebaute Infrastruktur erleichtert es jedoch, jeden Winkel der Insel zu erforschen und dabei immer wieder Neues und Spannendes zu entdecken.

Allein die Strände bieten neben dem Sonnenbaden eine Vielzahl von Aktivitäten: Surfen, Schnorcheln, Tauchen, Kitesurfing, Stand Up Paddling und noch etliches mehr. Doch auch

eher wasserscheue Besucher können voll auf ihre Kosten kommen. Die ausgesuchten Routenvorschläge ermöglichen es, von allem etwas mitzunehmen: das quirlige Süd-Bali, Natur und Trekking, die malerischen Strände und natürlich die allgegenwärtige faszinierende balinesische Kultur.

Die Routenvorschläge beginnen im Süden der Insel, wo sich der Flughafen befindet und die meisten Besucher die ersten Tage verbringen.

Bali für Einsteiger

■ 7 Tage

Wer nur eine Woche Zeit hat, steht vor der Wahl: eine entspannte Woche auf Bali zu verbringen, mit dem Wissen, nur einen kleinen Teil der Insel kennenzulernen, oder innerhalb von sieben Tagen so viel zu sehen und zu erleben wie nur irgend möglich. Hier unsere Vorschläge für die zwei Varianten:

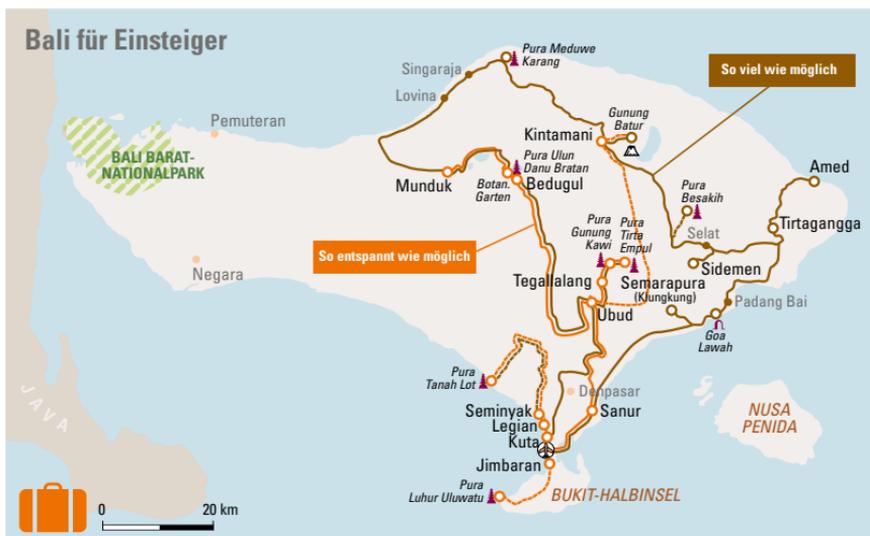
So entspannt wie möglich

Für Touristen, die direkt aus Europa anreisen und mit der Zeitumstellung kämpfen, empfiehlt sich zunächst ein dreitägiger Aufenthalt in Süd-Bali. Die Strände von **Kuta** (S. 148), **Legi-**

an (S. 160), **Seminyak** (S. 164) und **Sanur** (S. 177) eignen sich hervorragend für eine Akklimatisierung. Wer will, kann in einer Tagestour Richtung Nordwesten den eindrucksvollen Tempel **Tanah Lot** (S. 247) oder Richtung Süden den **Pura Luhur Uluwatu** (S. 194) besichtigen und an einem der beiden Tempel einer Aufführung des **Kecak**-Tanzes beiwohnen. Auf dem Rückweg kann man in **Jimbaran** (S. 189) in einem der Seafood-Restaurants ein Abendessen am Sandstrand genießen. Am vierten Tag führt der Weg ins Landesinnere nach **Ubud** (S. 203), wo man in einem der Spas Entspannung findet, durch die Reisfelder spaziert und den mystischen Tänzen beiwohnt. Am fünften Tag wird die Umgebung von Ubud erforscht: die beeindruckenden Tempelanlagen **Gunung Kawi** (S. 239) und **Pura Tirta Empul** (S. 240) sowie die prächtigen Reisterrassen von **Tegallalang** (S. 238). Die letzten beiden Tage sind für die Erkundung der Berglandschaft rund um **Bedugul** (S. 286) und **Munduk** (S. 286) oder der **Caldera des Gunung Batur** (S. 292) reserviert.

So viel wie möglich

Tag 1: Nach einem zweistündigen **Surfkurs** oder einem Ausflug zum Tempel **Tanah Lot** (S. 247) kann das Nachtleben von **Kuta** (S. 154) und



Seminyak (S. 164) erforscht und auf einen schönen Urlaub angestoßen werden.

Tag 2: Es geht ins kulturelle Zentrum der Insel, nach **Ubud** (S. 203). Beim Besuch des magischen **Affenwalds** (S. 208) taucht man in eine andere Welt ein. Hinterher bietet sich eine Stippvisite in einem der berühmten **Spas** an, und abends locken bezaubernde **Tanzaufführungen**.

Tag 3: Der Tag beginnt mit einer (geföhrt) **Wanderung durch die Reisfelder** oder einer **Fahrradtour** rund um Ubud. Am frühen Nachmittag geht es Richtung Norden zum **Pura Gunung Kawi** (S. 239), zum Quellheiligtum **Pura Tirta Empul** (S. 240) und zu den spektakulären Reisterrassen von **Tegallalang** (S. 238).

Tag 4: Nach dem Frühstück fährt man von Ubud ins Hochland bei Bedugul. Auf den Besuch des am Bergsee gelegenen **Pura Ulun Danu Bratan** (S. 285) folgt ein Picknick im **Botanischen Garten** (S. 285). Frisch gestärkt geht es über die landschaftlich imposante Strecke an den Bergseen Danau Buyan und Danau Tamblingan vorbei nach **Munduk** (S. 286). Wenn noch genügend Zeit bleibt, kann man hier zu den nahen Wasserfällen wandern.

Tag 5: Es geht zunächst an die Nordküste der Insel zum **Pura Meduwe Karang** (S. 297). Anschließend folgt man der Straße ins Inland zur Felswüste am Vulkan **Gunung Batur** (S. 292). Nachmittags geht es über Selat zu einer der Unterkünfte im idyllischen **Sidemen** (S. 308). Optional kann die Besichtigung des Muttertempels **Pura Besakih** (S. 306) eingebaut werden.

Tag 6: Morgens geht es zum **Wassergarten von Tirtagangga** (S. 339) und nach **Amed**

(S. 342). Hier kann man relaxen oder beim Tauchen und Schnorcheln die Unterwasserwelt erforschen.

Tag 7: Von Amed führt der Weg zurück Richtung Süd-Bali zum Tempel in der Fledermaushöhle **Goa Lawah** (S. 325). Auch die Taman Gili genannten Reste des Palastes von **Semarapura** (Klungkung, S. 302) mit der alten Gerichtshalle sind einen Besuch wert, bevor es auf der Schnellstraße nach **Sanur** (S. 177) geht, 30 Minuten vom Flughafen entfernt.

Bali Standard

■ 2–3 Wochen

Viele Touristen entscheiden sich für einen mindestens zweiwöchigen Aufenthalt, was angesichts der langen Anreise und der Zeitumstellung eine gute Idee ist. Nach der Ankunft in Süd-Bali werden zunächst die Strandorte **Kuta** (S. 148), **Legian** (S. 160), **Seminyak** (S. 164) und **Sanur** (S. 177) erkundet. Bei einem Ausflug auf die trocken-karge **Bukit-Halbinsel** (S. 191) kann man den erfahrenen Surfern bei ihren wagemutigen Manövern zuschauen.

Anschließend steht der Aufbruch nach West-Bali an. Nach einem Abstecher zu den monumentalen Reisterrassen von **Jatiluwih** (S. 254) kann man den Sonnenuntergang am **Pura Tanah Lot** (S. 247) genießen und am **Pantai Canggu** (S. 173) oder weiter westlich am **Pantai Balian** (S. 257) übernachten. Am nächsten Tag geht es quer durch den **Bali Barat-Nationalpark** (S. 263) bis nach **Pemuteran** (S. 265). Es lohnt ein voller Tag, um vor **Pulau Menjangan** (S. 264) in die bunte Unterwasserwelt einzutauchen.

Weiter geht es ins charmante **Munduk** (S. 286), wo ein Tag für Spaziergänge oder eine Mountainbike-Tour eingeplant werden sollte. Danach führt der Weg ins fruchtbare Hochland von **Bedugul** (S. 286) und zum **Botanischen Garten** (S. 285). Weiter geht es zu den **Gitgit-Wasserfällen** (S. 281), über die tolle **Bergstraße** zum idyllischen **Sekumpul-Wasserfall** (S. 297) und zur Übernachtung zurück an die Küste. Zwischen Singaraja und Amed gibt es einige schöne Unterkünfte, etwa in **Tejakula** (S. 298).

Organisierte Touren

Reisebüros, Hotels und Tauchschulen bieten verschiedene Touren mit englisch- oder deutschsprachigen Führern an. Bei solchen organisierten Touren stellen sich die Guides auf ihre Reisegruppe ein, die ihrerseits am Wissensschatz und den Erfahrungen eines Einheimischen teilhaben kann. Zu spontanen Stopps und Abstechern können der Guide und die anderen Teilnehmer dabei allerdings wohl kaum überredet werden.



Danach geht es nach Ost-Bali, zunächst für ein bis zwei Tage ins entspannte **Amed** (S. 342), wo schöne Tauchgänge möglich sind, und von dort weiter nach **Tirtagangga** (S. 339) zum Wassergarten. Eine Übernachtung bietet sich in **Sidemén** (S. 308) an. Von hier aus ist die **Besteigung des Gunung Agung** (S. 307) möglich, auch der Tempel **Pura Besakih** (S. 306) am Südhang des Berges ist leicht zu erreichen. Danach kann in **Semarapura** (Klungkung, S. 302) der Taman Gili bewundert werden, bevor in der Umgebung von **Candi Dasa** (S. 330) nochmals ein kurzer Strandurlaub möglich ist. Das nahe **Tenganan** (S. 334), ein Dorf der balinesischen Ureinwohner, lohnt einen Besuch. Die Route endet mit einem mindestens dreitägigen Aufenthalt in **Ubud** (S. 203), wo Besucher sich von Kunst und Kultur verzaubern lassen, Ausflüge unternehmen oder einfach die Seele baumeln lassen.

Bali und Lombok intensiv

■ ab 3 Wochen

Wer mehr als drei Wochen Zeit hat, kann länger an den Stränden und in den Bergen verweilen und stressfrei nach Lombok und auf die Giliis reisen. Los geht es wieder in **Süd-Bali**, wo Be-

sucher sich die ersten Tage in einem der Touristenzentren akklimatisieren können. Nachdem ein Transportmittel organisiert wurde, führt ein Ausflug auf die **Bukit-Halbinsel** (S. 191) zu den Surfstränden und dem feurigen **Kecak-Tanz** am **Pura Uluwatu** (S. 194). Ein Seafood-Dinner am Strand von **Jimbaran** (S. 189) ist eine lohnende Option.

Anschließend geht es ins Landesinnere nach **Ubud** (S. 203), ins Herz der balinesischen Kultur. In der Umgebung gibt es jede Menge zu entdecken, deshalb sollte man hier mindestens drei Tage verbringen. Danach führt der Weg zu den Unterkünften am **Gunung Batukaru** (S. 255), von wo aus ein Abstecher zum **Pura Luhur Batukaru** (S. 255) und zu den Reisterrassen von **Jatiluwih** (S. 254) unbedingt lohnt. Am nächsten Morgen geht es weiter über **Tabanan** zum spektakulär gelegenen Tempel **Pura Tanah Lot** (S. 247), dessen Anblick man am besten bei Sonnennuntergang genießt. Eine Übernachtung bietet sich am entspannten **Pantai Balian** (S. 257) an. Die nächsten Stationen sind **Negara** (S. 260), vorausgesetzt, es findet gerade eines der berühmten Wasserbüffelrennen statt, und der **Bali Barat-Nationalpark** (S. 263) im Westen der Insel. **Pemuteran** (S. 265) bietet sich als gute Basis an, um vor der Insel **Menjangan** (S. 264) zu schnor-



cheln und zu tauchen oder den Nationalpark zu erkunden.

Danach führt der Weg bis nach Seririt und landeinwärts auf der Bergstraße nach **Munduk** (S. 286), wo Spaziergänge in die reizvolle Umgebung locken. Weiter geht es nach **Bedugul** (S. 286) in den Botanischen Garten, zum **Pura Ulun Danu Bratan** (S. 285) und über die **Gitgit-Wasserfälle** (S. 281) und den **Sekumpul-Wasserfall** (S. 297) zur Übernachtung nach **Sawan** (S. 297). Die Tour führt weiter in die Berge nach **Kintamani** (S. 292) und zum Gipfel des **Gunung Batur** (S. 292).

Nach der Besteigung des Gunung Batur am frühen Morgen geht es durch die Berglandschaft zum Heiligtum **Pura Besakih** (S. 306) und über Rendang und Selat in die für ihre Reisterassen berühmte Gegend um **Sidemen** (S. 308). Weiter führt die Reise über **Semarapura** (Klungkung, S. 302) mit seiner Palastanlage Taman Gili, zur Fledermaushöhle **Goa Lawah** (S. 325) und weiter nach **Candi Dasa** (S. 330), von wo aus das **Bali Aga**-Dorf **Tenganan** (S. 334) besucht werden kann. Nach einer Visite bei den Wassergärten von **Ujung** (S. 338) und **Tirtagangga** (S. 339) geht es in die trockene Gegend um **Tulamben** (S. 348) und **Amed** (S. 342), die beson-

ders bei Tauchern beliebt ist und mit dem leichtesten Wracktauchgang der Welt lockt. Von hier verkehren Schnellboote auf die Lombok vorgelegerten Gilis.

Alternativ geht es entlang der Küste in den Hafendorf **Padang Bai** (S. 325), wo die langsamen Fähren nach Lombok übersetzen, oder weiter nach **Sanur** (S. 177), von wo Schnellboote nach **Nusa Lembangan** (S. 318) ablegen. Man kann Lembangan mit dem Motorroller erkunden und als Ausgangspunkt für Tauchgänge vor **Nusa Penida** (S. 311) nutzen. Von Nusa Lembangan verkehren ebenfalls Schnellboote nach Lombok und auf die Gilis.

Auf den drei **Gilis** (S. 387) oder in **Senggigi** (S. 376) angekommen, lässt es sich einige Tage an den blendend weißen Stränden entspannen. Wer keine Lust mehr auf Strand hat, kann in **Kuta Lombok** (S. 364) surfen, vor der **Sekotong-Halbinsel** (S. 356) tauchen oder die Natur- und Berglandschaft des **Gunung Rinjani** (S. 407) erkunden. Eine Begegnung mit den Sasak ermöglicht das Besucherprogramm in **Mas-Mas** (S. 369).

Wieder zurück auf Bali bietet sich ein letzter Zwischenstopp in **Sanur** (S. 177) an. Alternativ gibt es Flüge von Lombok nach Bali.