

BA

LI

LOMBOK GILIS



Tauchgründe mit Überraschungen
Bei Tempelfesten dabei sein
Wo der Sonnenuntergang zelebriert wird

Reisen mit

**Insider
Tipps**

CHECK IN

DICH VERWÖHNEN LASSEN

Ein Wellnessstag mit balinesischer Massage, wohltuenden Anwendungen und gutem Essen muss sein, z. B. im *Prana Spa*. ► S. 48

TIEF DURCHATMEN

Finde Ausgeglichenheit und Einkehr bei einem Retreat in *The Yoga Barn* inmitten von Ubuds Gärten und Reisfeldern. ► S. 71

EINFACH MAL ABTAUCHEN

Egal, ob Anfänger oder Profi: Von den Korallengärten, Schiffswracks und unterseeischen Abhängen vor Amed wirst du begeistert sein! ► S. 84

AUF FLINKE FINGER SCHAUEN

Bei den Weberinnen in *Sukarara* entstehen edle Stoffe in Handarbeit – und du darfst dabei zusehen. ► S. 104

EINEN VULKAN BESTEIGEN

Den *Gunung Agung* z. B., auf dessen oft in Wolken gehüllter Spitze die Götter wohnen. ► S. 85

MEHR ALS (SONNEN)BADEN

An Balis größtem Strand *Pantai Kuta* kannst du surfen, in Beachclubs relaxen und lange Spaziergänge unternehmen. ► S. 45

TEIL DES GROSSSTADT- TRUBELS WERDEN

In den Inselmetropolen *Denpasar* und *Mataram* bist du mittendrin im geschäftigen Alltag der Indonesier. ► S. 51, S. 101

BA

LI

LOMBOK
GILIS

INSIDER-TIPP


Deine
Abkürzung
ins Erleben!

Reisen mit MARCO POLO
Insider-Tipps

MARCO POLO TOP-HIGHLIGHTS

PURA LUHUR ULUWATU


Hoch über den Klippen thront einer der ältesten Tempel Balis. In die tosende Brandung zu seinen Füßen stürzen sich mutige Surfer

 *Tipp: Bester Zeitpunkt zum Fotografieren ist während des täglichen Kecak-Tanzes zum Sonnenuntergang*

➤ S. 59, Südbali

NUSA LEMBONGAN

Auf der beschaulichen Insel erkundest du mit dem Roller versteckte Buchten, mit dem Surfbrett tolle Breaks und mit dem Boot die phantastischen Tauchspots

 *Tipp: Bei Flut brechen sich meterhohe Wellen an den Steilklippen – ein atemberaubendes Motiv*

➤ S. 90, Ostbali

OSTSTRAND VON GILI TRAWANGAN

Nach einem relaxten Tag am Meer geht's abends zum Feiern an den Oststrand – mehr Party geht nicht

➤ S. 117, Gilis

GILI-MENO-WAND

Ein Tauchspot mit bizarren Korallen, versunkenen Skulpturen, farbenprächtigen Fischen und seltenen Meeresschildkröten

➤ S. 118, Gilis

DANAU BUYAN & DANAU TAMBLINGAN

An den beiden idyllischen Seen kann man herrlich durch Reisfelder und zu Wasserfällen spazieren

➤ S. 77, Zentral- & Nordbali

SEMINYAK

Sehen und gesehen werden: Nirgends sonst auf Bali sind die Restaurants so edel, die Bars so cool, die Boutiquen so schick

➤ S. 46, Südbali

GUNUNG RINJANI ★

Wo sonst findet man auf einem aktiven Feuerberg einen heiligen See (Foto), gespickt mit einem weiteren kleinen Vulkan?

📷 *Tipp: Das morgendliche Wolkenmeer unter der aufgehenden Sonne mit Blick bis zum Gunung Agung auf Bali*

➤ S. 110, Lombok

UBUD ★₈

Im Herzen von Bali gibt's Kunst und Kultur und alle Wohltaten für Körper, Geist und Seele

➤ S. 66, Zentral- & Nordbali

GUNUNG BATUR ★₉

Mitten im lebendigen Bali: eine vulkanische Einöde mit Endzeitatmosphäre

📷 *Tipp: Ein Bild vom Gipfel über der Caldera, wenn die Sonne untergeht*

➤ S. 74, Zentral- & Nordbali

SÜDKÜSTE LOMBOKS ★₁₀

Versteckte Buchten mit Traumstränden und perfekten Wellen für Surfer und solche, die es werden wollen

📷 *Tipp: Toller Panorama-Shot: der lange Strand und das blaue Meer von Tanjung Aan vom Bukit Merese aus*

➤ S. 98, Lombok

INHALT



36 DIE REGIONEN IM ÜBERBLICK

38 SÜDBALI

42 Kuta/Legian 46 Seminyak
49 Rund um Seminyak
51 Denpasar 54 Sanur 57 Rund
um Sanur 58 Bukit-Halbinsel

62 ZENTRAL- & NORDBALI

66 Ubud 71 Rund um Ubud
74 Lovina 75 Rund um Lovina
78 Pemuteran 79 Rund um
Pemuteran

80 OSTBALI

84 Amed 85 Rund um Amed
87 Candidasa 88 Rund um
Candidasa 88 Padang Bai 89 Rund
um Padang Bai 90 Nusa
Lembongan 92 Rund um Nusa
Lembongan 92 Nusa Penida

94 LOMBOK

98 Kuta Lombok 99 Rund um Kuta
Lombok 100 Sekotong & Südliche
Gilis 101 Mataram 103 Rund um
Mataram 105 Senggigi 107 Rund
um Senggigi 108 Senaru
110 Rund um Senaru

112 GILIS

116 Gili Trawangan 118 Gili Meno
119 Gili Air

MARCO POLO TOP-HIGHLIGHTS

- 2 Die 10 besten Highlights

DAS BESTE ZUERST

- 8 ... bei Regen
9 ... Low-Budget
10 ... mit Kindern
11 ... typisch

SO TICKEN BALI & LOMBOK

- 14 Entdecke Bali & Lombok
17 Auf einen Blick
18 Bali & Lombok verstehen
21 Klischeekiste

ESSEN, SHOPPEN, SPORT

- 26 Essen & Trinken
30 Shoppen & Stöbern
32 Sport

MARCO POLO REGIONEN

- 36 ... im Überblick

ERLEBNISTOUREN

- 120 Bali, Lombok und die Gilis – ein bisschen was von allem
125 Aktiv im Hochland

- 127 Mystische Tempel, Reiskultur und ein Vulkan
129 Panoramatour im Norden Lomboks

GUT ZU WISSEN

132 DIE BASICS FÜR DEINEN URLAUB

Ankommen, Weiterkommen, Feste & Events, Notfälle, Wichtige Hinweise, Wassertabelle

140 SPICKZETTEL INDONESISCH

Nie mehr sprachlos

142 URLAUBSFEELING

Bücher, Filme, Musik & Blogs

144 TRAVEL PURSUIT

Das MARCO POLO Urlaubsquiz

146 REGISTER & IMPRESSUM

148 BLOSS NICHT!

Fettnäpfchen und Reinfälle vermeiden

- | | | | |
|--|--------------------------------|---|---------------|
|  | Besuch planen |  | Essen/Trinken |
| € – €€€ | Preiskategorien |  | Shoppen |
| (*) | Kostenpflichtige Telefonnummer |  | Ausgehen |
| | |  | Top-Strände |

(A2) Herausnehmbare Faltkarte

(0) Außerhalb des Faltkartenausschnitts

BESSER PLANEN MEHR ERLEBEN!



Digitale Extras
go.marcopolo.de/app/bal

An aerial photograph of terraced rice fields in a tropical region. The terraces are filled with lush green rice plants, and the landscape is dotted with numerous palm trees. The overall scene is vibrant and verdant, capturing the beauty of traditional agricultural practices in a tropical setting.

DAS BESTE ZUERST

Die Reisterrassen werden oftmals ohne den Einsatz von Maschinen bestellt



BEST OF

BEI REGEN

SCHÖN, AUCH WENN ES REGNET

SÜDSEKUNST IN NUSA DUA

Im *Museum Pasifika* in Nusa Dua kommt Südsee-Feeling auf, denn hier dreht sich alles um Kunst aus dem asiatisch-pazifischen Raum. Ausgestellt sind Werke aus rund 25 verschiedenen Ländern, darunter auch solche von europäischen Malern, die in der Region gelebt haben.

➤ S. 60, Südbali

ART-HOUSE

Das *Blanco Museum* (Foto) in Ubud entführt dich in die sinnlich-schräge Welt (und gleichzeitig ins ehemalige Wohnhaus) des exzentrischen Künstlers Antonio Blanco, des „Dalí des Fernen Ostens“.

➤ S. 68, Zentral- & Nordbali

GROSSES KINO

Anstatt bei Regenwetter im Hotelzimmer die Streamingdienste durchzuklicken, lässt du dich einfach in die Sessel des *Beachwalk XXI Premiere* in

Kuta sinken und schaust die neuesten Holly- und Bollywood-Filme oder indonesische Streifen auf der Großleinwand.

➤ S. 45, Südbali

ERINNERUNGEN VERSILBERN

Du findest einfach nicht das passende Mitbringsel? Dann nutz das Regenwetter und sei dein eigener Schmied: Bei einem Silberschmiedekurs von *Yin Jewelry for the Soul* auf Gili Trawangangalgestaltest du unter Anleitung und mithilfe versierter Schmuckmacher dein individuelles Accessoire.

➤ S. 117, Gilis

CRASHKURS

Du magst die balinesische Küche? Dann lass dir in einem Kochkurs deren Raffinessen beibringen, z. B. im *Bumbu Bali* auf der Bukit-Halbinsel. Ein Rezeptheft und jede Menge Kostproben sind garantiert.

➤ S. 61, Südbali

BEST OF



LOW-BUDGET

FÜR DEN KLEINEN GELDBEUTEL

KEIN TEMPELBSUCH OHNE SARONG

Trag dein eigenes Wickeltuch (*sarong*), das du auf dem Markt oder im Souvenirshop erstehen kannst, wenn du einen Tempel besuchst. So sparst du die Leihgebühr für Schärpe und Wickelrock vor Ort und hast gleich ein Souvenir.

FREIE KUNST IN GALERIEN

Keine Lust auf Museum? Ohne Eintritt zu bezahlen, kannst du bei einem Streifzug durch *Ubuds Galerien* balinesische Malerei und Bildhauerkunst bewundern – dazu gibt es oft noch einen Kaffee.

➤ S. 70, Zentral- & Nordbali

AUFFÜHRUNGEN BEIM TEMPELFEST

Gamelan (Foto), Tanz und Schattenspiel gehören zu jedem Tempelgeburtstag. Anstatt Tickets für eine Touristenvorführung zu kaufen, erkun-

digst du dich einfach, wo das nächste *Odalan-Fest* stattfindet – Touristen sind willkommen, wenn sie sich gebührend verhalten.

➤ S. 22, Bali & Lombok verstehen

SCHILDKRÖTEN AM STRAND

Das aus Spenden finanzierte *Turtle Conservation and Education Center* auf Serangan ist frei zugänglich und informiert über das Rettungsprogramm für die vom Aussterben bedrohten Meeresbewohner. Spenden sind natürlich willkommen.

➤ S. 58, Südbali

PREISWERT RUMKOMMEN

Günstiger als die Taxikooperativen und Transportvermittler mit ihren Festpreisen sind die Privattaxis, die du über die *Grab*-App bestellst. Aber Achtung: In einigen Orten (z. B. Ubud) werden *Grab*-Taxis nicht geduldet und können dich daher nicht abholen.

➤ S. 136, Gut zu wissen

BEST OF

MIT KINDERN



SPANNENDES FÜR GROSS & KLEIN

KARTOFFELKOPF

Im familienfreundlichen Beachclub- und Hotelkomplex des *Potato Head* findet sonntags ab 9 Uhr eine Runde Kindersport statt, ab 13 Uhr können Kinder zwischen 4 und 12 Jahren Drachen aus Bambus basteln oder Malfarben aus natürlichen Pigmenten mischen.

➤ S. 48, Südbali

AUF SAFARI

Der *Lombok Wildlife Park* ist eine tolle Möglichkeit, stattliche Vertreter der tropischen Tierwelt zu erleben. Neben Dickhäutern werden hier Orang-Utans, Krokodile und Papageien artgerecht gehalten.

➤ S. 108, Lombok

BLUBBERBLÄSCHEN

Bubblemaker-Kurse führen Kinder ab acht Jahren im Pool, ab zehn Jahren im offenen Meer behutsam ans Schnorcheln und Tauchen heran

(Foto). Angeboten werden sie bei fast allen professionellen Tauchzentren, z. B. bei *Crystal Divers* in Sanur.

➤ S. 56, Südbali

BASTELN, TANZEN, MUSIZIEREN

Deine Kinder sind von balinesischen Musikinstrumenten, Tänzen und Tempelfesten vermutlich genauso fasziniert wie du und würden am liebsten selbst mitmachen. Wie gut, dass es Schnupperkurse gibt, in denen Kids Gamelan und einfache Tanzschritte lernen, außerdem batikern, schnitzen oder Opfergaben anfertigen können. Das *ARMA* in Ubud z. B. führt solche Kurse durch.

➤ S. 68, Zentral- & Nordbali

KLEINE WELLENREITER

Einige Surfschulen, z. B. *Bali Green Surf*, bieten speziell Kurse für Familien und Kinder, bei denen Kids (und Eltern) erste Stehversuche auf dem Brett unternehmen können.

➤ S. 48, Südbali

BEST OF

TYPISCH



DAS ERLEBST DU NUR HIER

IN TRANCE GETANZT

Laut, fotogen und garantiert exotisch: bis zu hundert Männer, die sich synchron bewegen, dabei rhythmisch rufen und in Trance über glühende Kohlen laufen. Besonders eindrucksvoll sind die *Kecak*-Vorstellungen (Foto) bei Sonnenuntergang am *Pura Uluwatu*.

➤ S. 59, Südbali

SCHLACHT DER REISPÄCKCHEN

Beim *Perang Topat* zu Beginn der Regenzeit bewerfen sich Hindus und muslimische Sasak im *Pura Lingsar* mit in Palmblätter gewickeltem Reis. Diese Reispäckchenschlacht ist ein großes Fest für alle, egal welcher Religion sie angehören.

➤ S. 104, Lombok

SCHLEMMEN AM STRAND

Frühmorgens kannst du den *Fischern* in *Jimbaran* zusehen, wie sie mit ihren bunten Auslegerbooten ihren Fang an Land bringen, den du abends in ei-

nem der vielen *warungs* gleich daneben verspeist – am besten auf glühenden Kokoschalen gegrillt.

➤ S. 59, Südbali

FARBENFROHE PROZESSIONEN

Knallbunt gekleidete Frauen balancieren Früchtepyramiden auf den Köpfen, die Männer schlagen schwere Gongs: Auf Bali „lauern“ Prozessionen quasi hinter jeder Ecke. Am beeindruckendsten sind die Paraden zum *Galungan-Fest*, z. B. auf *Nusa Penida*.

➤ S. 92, Ostbali

UNTERWASSER-SELFIE MIT MOTORRAD

Außer faszinierenden Korallenriffen kannst du am Meeresgrund auch originale Kunstwerke und Installationen entdecken. Einige regen zum Nachdenken an, andere, z. B. das *Motorrad* vor *Gili Trawangan*, verführen eher zu einem Selfie.

➤ S. 117, Gilis

SO TICKEN BALI & LOMBOK

A close-up photograph of a person's face, likely a dancer, wearing traditional Balinese or Lombokian jewelry. The focus is on a large, ornate gold circular ornament with a textured surface, hanging from the top of the head. Below it, several strands of gold beads lead to a vibrant red tassel. The person's skin is visible on the right side of the frame. In the background, there are blurred elements of traditional attire, including red and gold fabrics and more gold jewelry.

Ausdrucksstark: Augenrollen gehört beim *Legong*-Tanz zur Choreografie



ENTDECKE BALI & LOMBOK



Ein bedeutendes Heiligtum Balis ist der der Seegöttin geweihte Tempel im Bratan-See

Palmengesäumte Sandstrände? Check. Traumhafte Unterwasserwelten? Gibt's. Reisterrassen und mächtige Vulkane? Unbedingt. Exotische Kultur und erschwingliche Preise? Aber hallo! Die Zutaten für einen tollen Urlaub sind auf Bali und Lombok reichlich vorhanden. Surfer, Taucher und Bergsteiger finden hier ihr Paradies, alle anderen dürfen sich auf eine fabelhafte Küche, relaxte Verwöhntage im Spa und sonnige Stunden mit Sand zwischen den Zehen freuen.

INSEL DER GÖTTER

Allen modernen Verlockungen zum Trotz: Was Bali in der Welt so einzigartig macht, ist seine unverwechselbare, **überall spürbare Kultur**. Dank ihr hat sich die Insel im Indischen Ozean trotz Massentourismus bis heute ihren ganz eigenen

-
- 1478** Unter dem Islam bricht das hinduistische Majapahit-Reich auf Java zusammen, der Thronfolger flüchtet nach Bali und gründet eine neue Hindudynastie
 - 17. Jh.** Balinesen erobern Lombok
 - 1906/08** *Puputan* (ritueller Massenselbstmord) balinesischer Fürstentümer, um nicht kolonisiert zu werden
 - 1942-45** Japan besetzt Niederländisch-Ostindien
 - 17. Aug. 1945** Unabhängigkeitserklärung Indonesiens