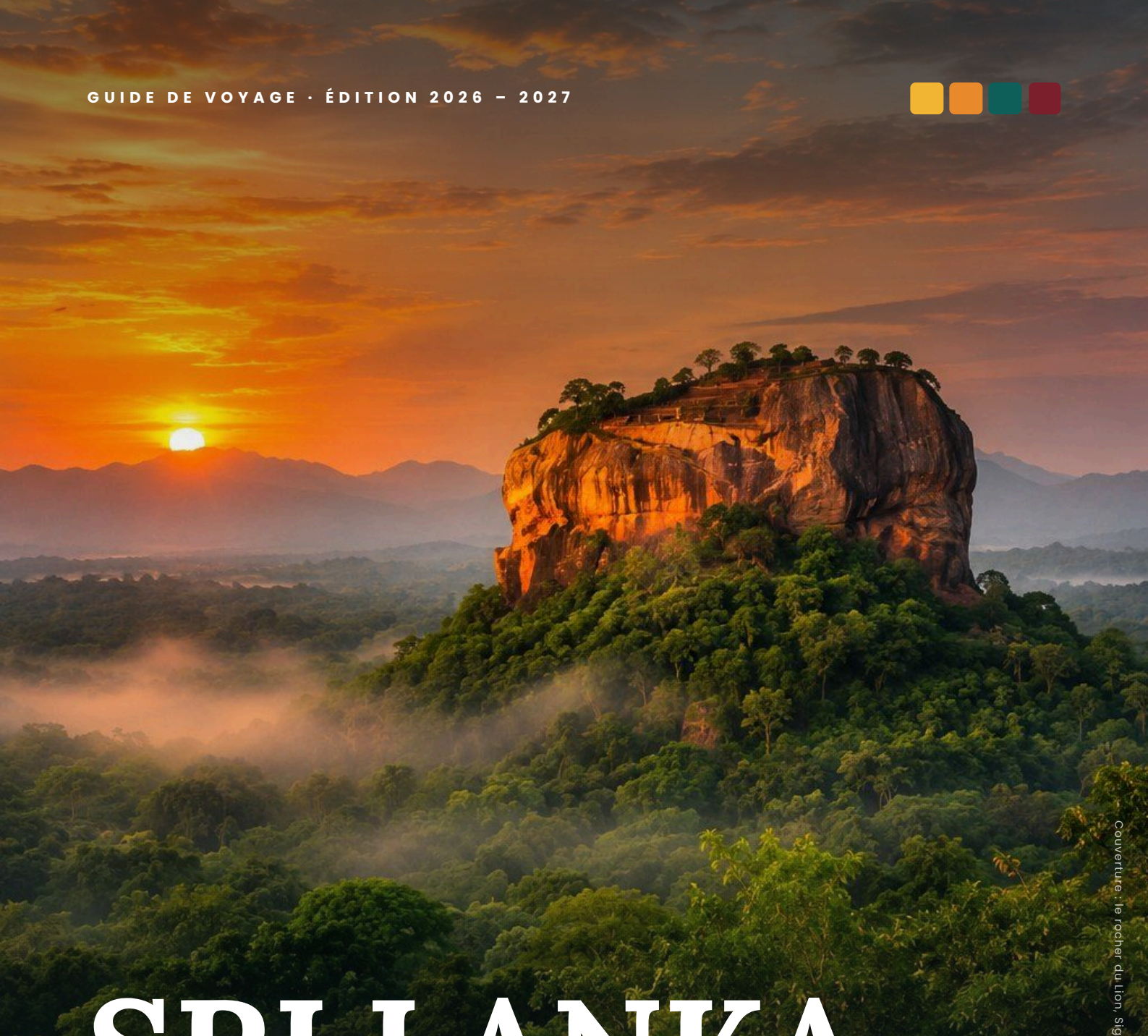
GUIDE DE VOYAGE · ÉDITION 2026 – 2027



SRI LANKA

La perle de l'océan Indien

Destinations, itinéraires, cartes et conseils pratiques pour préparer un voyage réussi sur l'île.

16 destinations | 3 itinéraires | Cartes détaillées | Budget & formalités

guide-srilanka.fr

Le guide francophone indépendant du Sri Lanka

Le guide en ligne

Couverture : le rocher du Lion, Sigiriya — Illustrations générées par IA

ÉDITO

Ayubowan, bienvenue au Sri Lanka

Sur à peine 65 000 km², l'île concentre une densité rare de merveilles : des cités royales vieilles de deux millénaires, des montagnes couvertes de plantations de thé, des parcs où l'on croise léopards et éléphants, et des centaines de kilomètres de plages bordées de cocotiers.

Ce guide rassemble l'essentiel de guide-srilanka.fr dans un format à emporter : les destinations incontournables, trois itinéraires testés, un calendrier météo région par région et toutes les infos pratiques pour partir l'esprit libre.

Chaque rubrique renvoie vers la fiche complète du site : cliquez sur les liens ou scannez les QR codes pour retrouver photos, mises à jour et conseils détaillés.

Bon voyage !

L'équipe Guide Sri Lanka



Le Ruwanwelisaya, Anuradhapura

SOMMAIRE

Le Sri Lanka en bref 03
Carte des 16 destinations 04
Quand partir ? 05
Le Triangle culturel 06
Kandy 08
Les hautes terres du thé 09
Ella et le train des collines 10
Parcs nationaux 11
Colombo et la côte ouest 12
Galle et la côte sud 13
Côte est et Jaffna 14
Itinéraire 10 jours 15
Itinéraire 15 jours 16
Itinéraire 3 semaines 17
Visa et formalités 18
Budget 19
Se déplacer 20
Santé et sécurité 21
Culture et cuisine 22
Petit lexique et check-list 23

REPÈRES

Le Sri Lanka en bref

Capitale	Sri Jayawardenepura Kotte (administrative), Colombo (économique)
Superficie	65 610 km², environ 435 km du nord au sud
Population	environ 22 millions d'habitants
Langues	cinghalais, tamoul ; anglais largement parlé
Monnaie	roupie srilankaise (LKR)
Décalage horaire	+4 h 30 en hiver, +3 h 30 en été
Vol depuis Paris	environ 11 à 14 h avec une escale
Électricité	230 V, prises de type D, G et M (adaptateur conseillé)
Climat	tropical : 27 à 32 °C sur les côtes, 15 à 25 °C en montagne
Formalités	passeport + autorisation électronique (ETA)

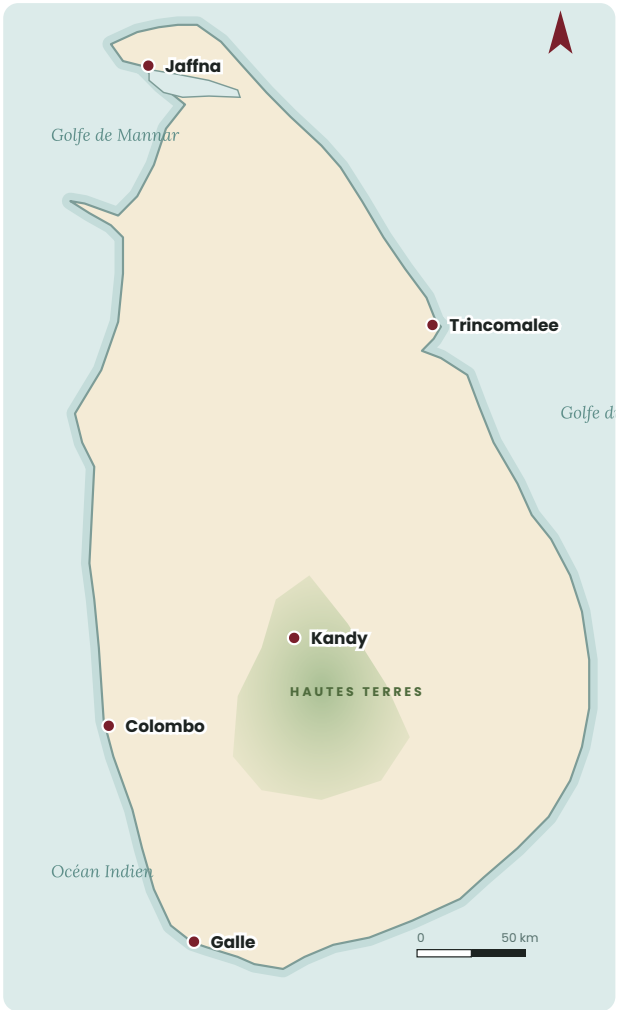
Religions



Bouddhisme ~70 % · Hindouisme ~12 % · Islam ~10 % · Christianisme ~7 %

8 sites inscrits à l'UNESCO

- Anuradhapura
- Polonnaruwa
- Sigiriya
- Kandy
- Galle
- Dambulla
- Hautes terres centrales
- Forêt de Sinharaja



Une île en forme de goutte d'eau, au sud-est de l'Inde, dont elle n'est séparée que par le détroit de Palk.

6 grands univers

Patrimoine, collines du thé, faune sauvage, plages, culture tamoule, cuisine épicée.

Pas de mauvaise saison

Deux moussons touchent des côtes opposées : il fait toujours beau quelque part.

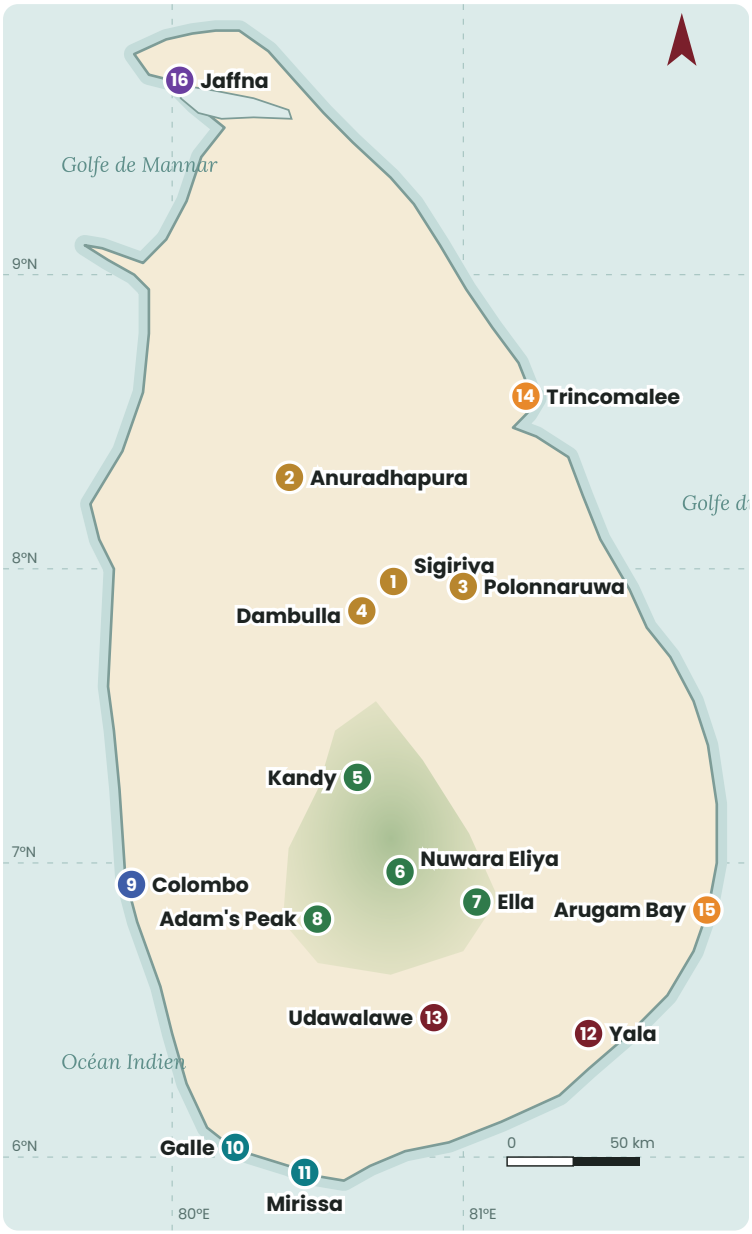
Durée idéale

2 à 3 semaines pour un premier voyage complet ; 10 jours pour l'essentiel.

Plus de repères : **Accueil du guide →** · **Plan du site →**

CARTE

Les 16 destinations incontournables



Triangle culturel

1. Sigiriya
2. Anuradhapura
3. Polonnaruwa
4. Dambulla

Hautes terres

5. Kandy
6. Nuwara Eliya
7. Ella
8. Adam's Peak

Côte ouest

9. Colombo

Côte sud

10. Galle
11. Mirissa

Parcs nationaux

12. Yala
13. Udawalawe

Côte est

14. Trincomalee
15. Arugam Bay

Nord

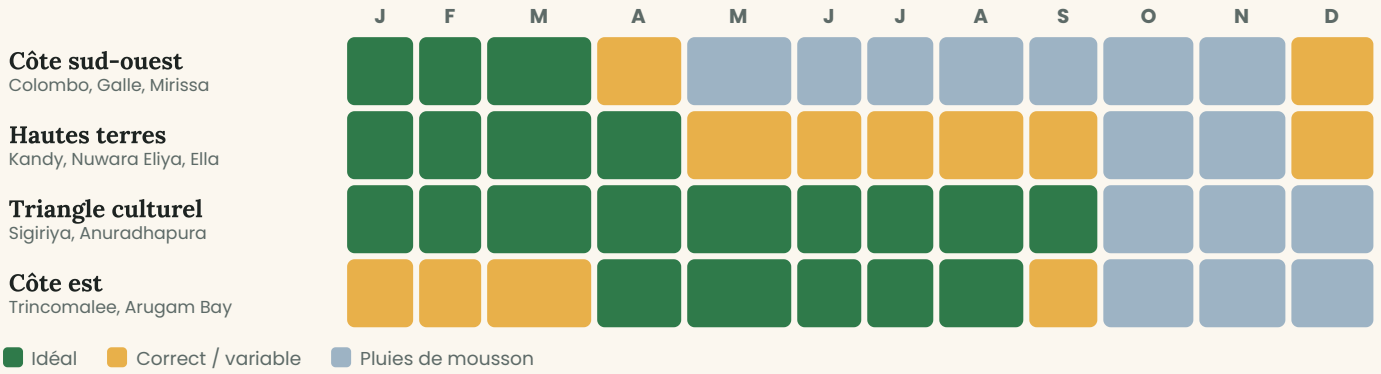
16. Jaffna

Cliquez sur un nom pour ouvrir la fiche détaillée sur le site.
Carte interactive :
toutes les destinations →

MÉTÉO

Quand partir au Sri Lanka ?

Il n'y a pas vraiment de mauvaise saison : deux moussons arrosent des côtes opposées à des périodes différentes. Le choix des régions dépend donc du mois de départ.



Mousson du sud-ouest

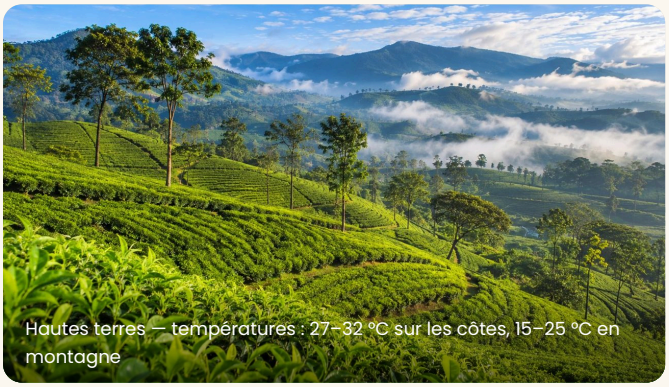
De mai à septembre sur la côte sud-ouest et une partie des montagnes. C'est alors la belle saison sur la côte est.

Mousson du nord-est

De novembre à janvier environ sur la côte est et le nord. Décembre à avril est idéal sur la côte sud et ouest.

Intermousson

Octobre et novembre : orages fréquents sur toute l'île, parfois des cyclones. Pluies souvent brèves mais intenses.



Hautes terres — températures : 27–32 °C sur les côtes, 15–25 °C en montagne

Fêtes et temps forts

Janv.	Duruthu Perahera (Kelaniya), Thai Pongal
Févr.	Navam Perahera, lac Beira à Colombo
Avril	Nouvel An cinghalais et tamoul (13–14 avril)
Mai	Vesak : lanternes et pandals illuminés
Juin	Poson, pèlerinage à Mihintale
Juil.–août	Esala Perahera à Kandy ; « Gathering » des éléphants à Minneriya
Oct.–nov.	Deepavali, fête hindoue des lumières
Déc.	Ouverture de la saison d'Adam's Peak et des baleines

Le calendrier mois par mois : **guide-srilanka.fr/quand-partir-srilanka.html →**

DESTINATIONS · TRIANGLE CULTUREL

Le Triangle culturel (1/2)

Au cœur de l'île, entre Anuradhapura, Polonnaruwa et Kandy, s'étend le berceau de la civilisation cinghalaise : cinq sites classés à l'UNESCO en moins de 150 km.



Sigiriya

TRIANGLE CULTUREL

Forteresse royale du Ve siècle bâtie par le roi Kassapa au sommet d'un rocher d'environ 200 m qui domine la jungle. On y monte par un escalier vertigineux qui passe entre les pattes géantes du lion, longe le « mur miroir » et ses célèbres fresques des demoiselles, avant d'atteindre les fondations du palais et une vue à 360°.

À ne pas manquer

- Montée dès l'ouverture (7 h) pour éviter la chaleur
- Les fresques des demoiselles
- Coucher de soleil depuis le rocher voisin de Pidurangala
- Safari éléphants à Minneriya ou Kaudulla

ENTRÉE
≈ 35 USD

DURÉE
1 à 2 jours

IDÉAL
janv. – sept.

Fiche complète →



Dambulla

TRIANGLE CULTUREL

Le temple d'or de Dambulla abrite un ensemble de cinq grottes sanctuaires creusées dans la roche, aux plafonds entièrement couverts de peintures murales et peuplées de plus de 150 statues du Bouddha. Un site majeur, facile à combiner avec Sigiriya, à 20 km.

À ne pas manquer

- Les grottes II et III, les plus spectaculaires
- La vue depuis le parvis au coucher du soleil
- Tenue couvrant épaules et genoux

ACCÈS
20 min de Sigiriya

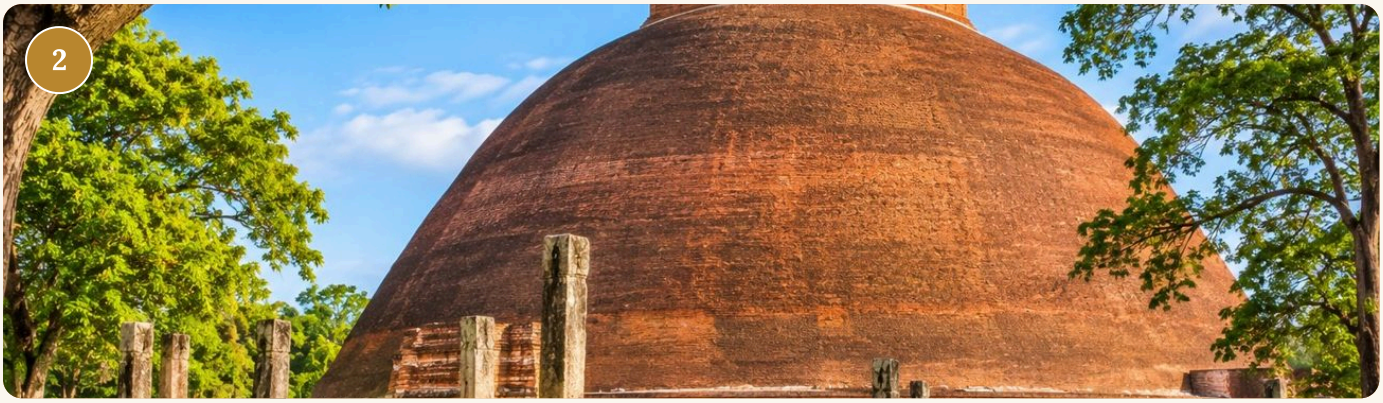
DURÉE
1 à 2 h

TENUE
couvrante

Fiche complète →

DESTINATIONS · TRIANGLE CULTUREL

Le Triangle culturel (2/2)



Anuradhapura

TRIANGLE CULTUREL

Première grande capitale de l'île pendant plus de mille ans, la cité sacrée aligne d'immenses dagobas blancs, des bassins et des monastères en ruine. On y vénère le Sri Maha Bodhi, figuier sacré issu d'une bouture de l'arbre sous lequel le Bouddha atteignit l'Éveil.

À ne pas manquer

- Le Ruwanwelisaya et le Jetavanaramaya
- Le Sri Maha Bodhi en fin d'après-midi
- Mihintale au coucher du soleil
- Visite à vélo, très agréable

ENTRÉE
≈ 25 – 30 USD

DURÉE
1 à 2 jours

TRANSPORT
vélo / tuk-tuk

Fiche complète →



Polonnaruwa

TRIANGLE CULTUREL

Capitale médiévale remarquablement conservée (XIe – XIIIe siècle), Polonnaruwa se parcourt idéalement à vélo, d'un temple à l'autre sous les grands arbres. Les quatre bouddhas taillés dans le granit du Gal Vihara comptent parmi les plus belles sculptures de l'Asie du Sud.

À ne pas manquer

- Le Gal Vihara et ses bouddhas monumentaux
- Le quadrilatère sacré et son Vatadage
- Le palais royal de Parakramabahu
- Visite tôt le matin, pause à midi

ENTRÉE
≈ 25 – 30 USD

DURÉE
1 jour

ASTUCE
louer un vélo

Fiche complète →

DESTINATIONS · HAUTES TERRES

Kandy, la dernière capitale royale



Kandy

HAUTES TERRES

Dernière capitale des rois cinghalais jusqu'en 1815, Kandy s'enroule autour de son lac au milieu des collines. Elle abrite le temple de la Dent (Sri Dalada Maligawa), qui conserve la relique la plus sacrée du pays. Chaque soir, la puja attire fidèles en blanc, offrandes de fleurs et roulements de tambours.

À ne pas manquer

- La puja du soir au temple de la Dent
- Le jardin botanique de Peradeniya
- Le tour du lac et la vue depuis Arthur's Seat
- Un spectacle de danses kandyennes
- Les jardins d'épices de Matale, sur la route

ACCÈS
3 – 4 h de Colombo

DURÉE
2 jours

TEMPLE
quelques euros

Fiche complète →

Esala Perahera

En juillet – août, dix nuits de processions d'éléphants parés, de danseurs et de porteurs de torches traversent la ville. Réservez votre hébergement très à l'avance.

Conseil

Kandy est la meilleure base pour rejoindre le train des collines vers Nuwara Eliya et Ella. Laissez-y vos gros bagages si vous voyagez en transports publics.

DESTINATIONS · HAUTES TERRES

Les hautes terres du thé

Routes en lacets, cascades et collines tapissées de théiers : le cœur montagneux de l'île offre fraîcheur et paysages spectaculaires, à découvrir à pied ou en train.



Nuwara Eliya

HAUTES TERRES

Perchée vers 1 900 m d'altitude, la « petite Angleterre » a gardé de l'époque coloniale ses cottages, son golf et son champ de courses. Autour, les plantations de thé à perte de vue se visitent avec dégustation. C'est aussi la porte d'entrée du parc de Horton Plains et de son à-pic de World's End.

À ne pas manquer

- Visite d'une usine de thé et dégustation
- World's End à l'aube (Horton Plains)
- Le lac Gregory et un high tea
- Une petite laine : il fait frais le soir

ALTITUDE
≈ 1 900 m

DURÉE
1 à 2 jours

TEMP.
13 – 22 °C

Fiche complète →



Adam's Peak

HAUTES TERRES

Montagne sacrée de 2 243 m vénérée par les bouddhistes, hindous, musulmans et chrétiens pour l'empreinte de pied de son sommet. Les pèlerins gravissent de nuit environ 5 500 marches pour assister au lever du soleil et à l'ombre triangulaire du pic projetée sur la brume.

À ne pas manquer

- Départ vers 2 h de Dalhousie, frontale indispensable
- 3 à 4 h de montée, couches chaudes
- Éviter week-ends et jours de pleine lune
- Saison : de décembre à mai

ALTITUDE
2 243 m

MONTÉE
3 – 4 h

SAISON
déc. – mai

Fiche complète →

DESTINATIONS · HAUTES TERRES

Ella et le train des collines



Ella

HAUTES TERRES

Village de montagne décontracté, Ella est le paradis des randonneurs : sentiers à travers les plantations, points de vue sur la vallée et cascades. Son emblème, le pont des Neuf Arches, voit passer plusieurs trains par jour au milieu de la jungle — un spectacle à ne pas rater.

À ne pas manquer

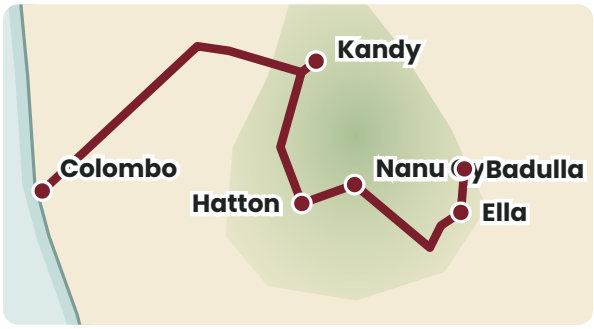
- Little Adam's Peak au lever du soleil
- Le pont des Neuf Arches au passage d'un train
- La randonnée d'Ella Rock
- La cascade de Ravana et une usine de thé

ACCÈS
train ou 2 – 3 h de route

DURÉE
2 jours

AMBIANCE
cafés, randonnées

Fiche complète →



Le plus beau trajet ferroviaire d'Asie ?

De Kandy à Ella, le train serpente 6 à 7 h à travers forêts, cascades et plantations de thé. Réservez vos places en 1re ou 2e classe dès l'ouverture des ventes (environ 30 jours avant) sur le portail officiel de Sri Lanka Railways, ou montez en 3e classe non réservée. Côté droit du train dans le sens Kandy → Ella pour les plus belles vues.

Tout sur les trains →

DESTINATIONS · NATURE

Parcs nationaux et faune sauvage

Léopards, éléphants, ours lippus, crocodiles, oiseaux par centaines… Le Sri Lanka est l'une des meilleures destinations safari d'Asie, avec des parcs accessibles en une demi-journée en jeep.



Yala

PARCS NATIONAUX

Le parc national le plus célèbre du pays, réputé pour sa forte densité de léopards. Entre savane, lagunes, rochers et plages sauvages, on y observe aussi éléphants, buffles, crocodiles, mangoustes et paons. Les safaris partent de Tissamaharama ou de Kirinda, au petit matin ou l'après-midi.

À ne pas manquer

- Safari à l'aube : meilleures chances pour le léopard
- Bloc 1, le plus riche en faune
- Le temple de Kataragama pour la puja du soir
- Fermeture partielle vers sept. – oct.

SAFARI
40 – 70 € / pers.

BASE
Tissamaharama

DURÉE
½ à 1 jour

Fiche complète →



Udawalawe

PARCS NATIONAUX

Le meilleur parc pour voir des troupeaux d'éléphants sauvages toute l'année, autour d'un grand réservoir. Les paysages ouverts facilitent l'observation. À l'entrée, l'Elephant Transit Home recueille de jeunes éléphants orphelins avant leur retour à la vie sauvage.

À ne pas manquer

- Safari en jeep d'une demi-journée
- Les repas des éléphanteaux à l'Elephant Transit Home
- Étape idéale entre Ella et la côte sud

SAFARI
40 – 70 € / pers.

ATOUT
éléphants garantis

DURÉE
½ jour

Fiche complète →

DESTINATIONS · CÔTE OUEST

Colombo et la côte ouest



Colombo

CÔTE OUEST

Capitale économique animée, Colombo est souvent le point d'arrivée et de départ du voyage. Entre les bazars bouillonnants de Pettah, les temples, la mosquée rouge Jami Ul-Alfar et la promenade de Galle Face au coucher du soleil, une journée suffit pour en prendre le pouls.

À ne pas manquer

- Les marchés de Pettah et la mosquée rouge
- Le temple Gangaramaya et le lac Beira
- Galle Face Green au coucher du soleil
- La Lotus Tower et son panorama

AÉROPORT
1 h – 1 h 30

DURÉE
1 jour

TRANSPORT
tuk-tuk, PickMe

Fiche complète →



Negombo

À 15 minutes de l'aéroport, la ville balnéaire idéale pour la première ou la dernière nuit : plage, lagune et marché aux poissons très coloré.



Bentota

Station balnéaire de la côte ouest : plage, lagune, sports nautiques et hôtels au bord de l'eau.



Hikkaduwa

Récifs pour le snorkeling, tortues marines près du rivage et ambiance surf sur la route de Galle.

Planifier l'arrivée : **transferts depuis l'aéroport →**

DESTINATIONS · CÔTE SUD

Galle et la côte sud



Galle

CÔTE SUD

Classé au patrimoine mondial, le fort de Galle est une petite ville coloniale fortifiée par les Hollandais au XVIIe siècle. Ses ruelles bordées de maisons à vérandas, de boutiques et de cafés se parcourent à pied, avant une promenade sur les remparts face à l'océan au coucher du soleil.

À ne pas manquer

- Le tour des remparts et le phare
- L'église hollandaise et les ruelles du fort
- La plage d'Unawatuna, toute proche
- 2 h à 3 h de Colombo par l'autoroute

ACCÈS
2 – 3 h de Colombo

DURÉE
1 à 2 jours

IDÉAL
déc. – avril

Fiche complète →



Mirissa

CÔTE SUD

Sable doré, cocotiers et vagues : Mirissa est la station balnéaire la plus prisée du sud. De novembre à avril, les sorties en mer permettent d'observer la baleine bleue, le plus grand animal de la planète. Le soir, l'ambiance est détendue dans les restaurants de poisson en bord de plage.

À ne pas manquer

- Sortie baleines (nov. – avril, 40 – 60 €)
- Coconut Tree Hill au coucher du soleil
- Le marché aux poissons de Weligama
- Initiation au surf à Weligama

BALEINES
nov. – avril

DURÉE
2 à 3 jours

DE GALLE
1 h – 1 h 30

Fiche complète →

DESTINATIONS · CÔTE EST ET NORD

Côte est et Jaffna

Plus sauvage et moins fréquentée, la côte est est à son meilleur de mai à septembre, quand la mousson arrose le sud-ouest. Au nord, Jaffna dévoile une autre facette de l'île : la culture tamoule.



Trincomalee

CÔTE EST

Eaux turquoise et l'une des plus belles baies naturelles du monde. Le parc marin de Pigeon Island offre un snorkeling exceptionnel parmi coraux, tortues et petits requins.

À ne pas manquer

- Snorkeling à Pigeon Island
- Plages de Nilaveli et Uppuveli
- Temple de Koneswaram

SNORKELING	IDÉAL
20 – 40 €	mai – sept.

Fiche complète →



Arugam Bay

CÔTE EST

Spot de surf légendaire et village bohème, Arugam Bay vit au rythme des vagues d'avril à octobre. Pour les non-surfeurs : lagunes, safaris à Kumana et couchers de soleil.

À ne pas manquer

- Les vagues de Main Point
- Le parc de Kumana
- Lagune de Pottuvil en bateau

SURF	DURÉE
avril – oct.	2 – 4 jours

Fiche complète →



Jaffna

NORD

Centre de la culture tamoule, Jaffna surprend par ses temples hindous aux tours colorées, ses îles isolées reliées par des chaussées et une cuisine très épicée, dont le fameux curry de crabe. Le grand temple de Nallur s'anime lors de son festival en juillet – août.

À ne pas manquer

- Le temple Nallur Kandaswamy
- Les îles de Nainativu et Delft
- Le curry de crabe de Jaffna

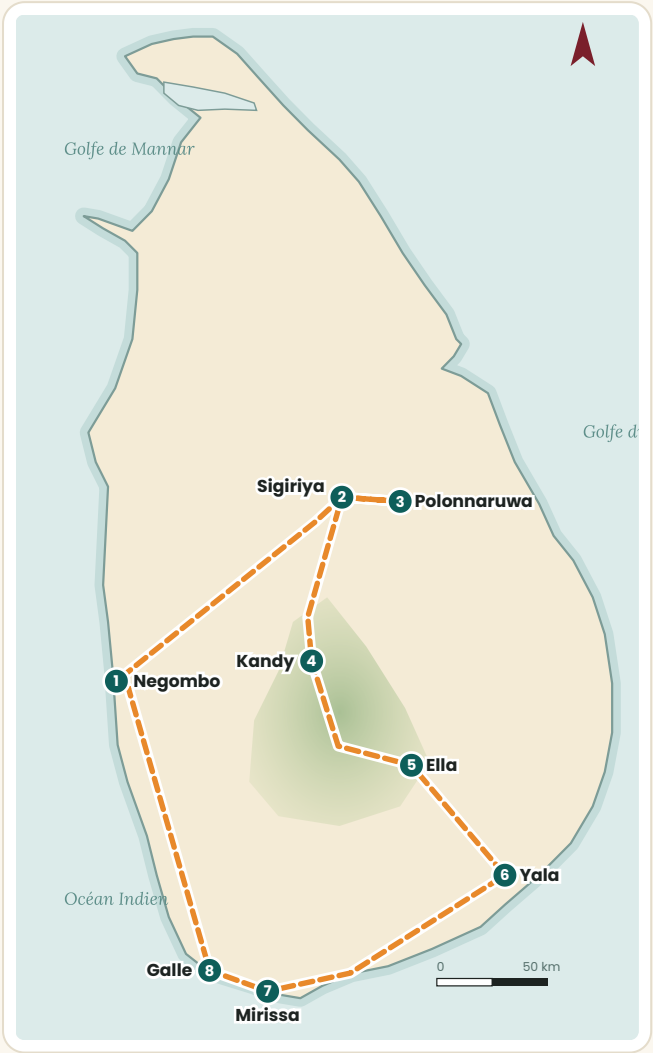
ACCÈS	DURÉE	IDÉAL
train depuis Colombo	2 – 3 jours	janv. – sept.

Fiche complète →

ITINÉRAIRES

Le Sri Lanka en 10 jours

Le circuit essentiel pour un premier voyage : sites du Triangle culturel, Kandy, le train des collines, un safari et la côte sud.



Conseils

- Réserver le train Kandy – Ella ≈ 30 jours avant
- Visiter les sites tôt le matin
- Retirer des espèces à Negombo ou Kandy
- Garder une marge le dernier jour

Itinéraire détaillé →

J1 **Negombo**
Arrivée, transfert de 15 min, plage et marché aux poissons

J2 **Dambulla · Sigiriya**
Temple troglodyte, coucher de soleil depuis Pidurangala

J3 **Sigiriya**
Rocher du Lion dès 7 h, safari jeep à Minneriya ou Kaudulla

J4 **Polonnaruwa**
À vélo : Gal Vihara, quadrilatère sacré, palais royal

J5 **Kandy**
Jardin d'épices de Matale, puja au temple de la Dent, tour du lac

J6 **Kandy**
Jardin botanique de Peradeniya, musée du thé, danses kandyennes

J7 **Train vers Ella**
6 à 7 h de trajet à travers montagnes et plantations

J8 **Ella**
Little Adam's Peak à l'aube, pont des Neuf Arches, cascade de Ravana

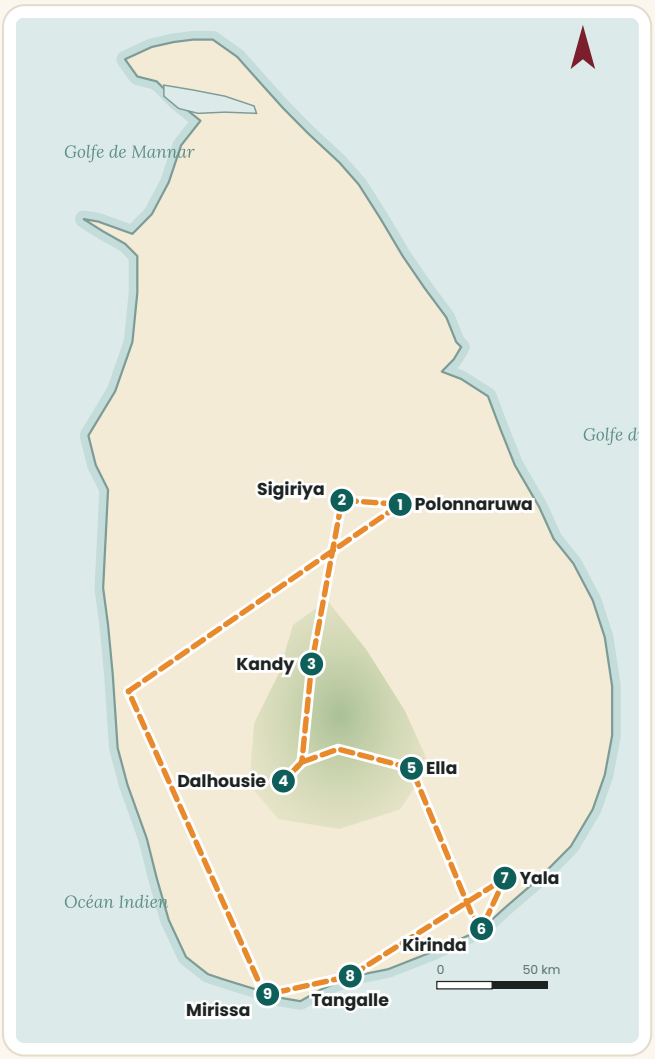
J9 **Yala · Mirissa**
Safari matinal à Yala, route vers Mirissa, Coconut Tree Hill

J10 **Galle · départ**
Baleines (nov. – avril), fort de Galle, autoroute vers l'aéroport (2 h 30)

ITINÉRAIRES

Le Sri Lanka en 15 jours

Un circuit complet et économique en bus et en train, avec rarement plus d'une demi-journée de route et une ou deux nuits par étape.



Conseils

- Le train Hatton – Ella en 2e classe
- Commencer Adam's Peak vers 3 h
- Un chauffeur privé simplifie la logistique
- Rester respectueux au temple de Kandy

Itinéraire détaillé →

J1–2 — **Colombo → Polonnaruwa**
Vol, arrivée de nuit, bus via Dambulla (≈ 6 h)

J3 — **Polonnaruwa**
Ruines du XIe siècle à vélo, pause à midi, reprise vers 16 h

J4 — **Sigiriya**
Rocher du Lion et jardins, prévoir de l'eau

J5 — **Kandy**
Bus via Dambulla, cérémonie du soir au temple de la Dent

J6 — **Dalhousie**
Bus via Hatton, courte nuit au pied d'Adam's Peak

J7 — **Adam's Peak → Ella**
Montée vers 3 h, puis train panoramique Hatton – Ella

J8 — **Ella**
Randonnée d'Ella Rock, visite d'une plantation de thé

J9 — **Kirinda**
Bus via Tissamaharama, temple et plage

J10 — **Yala → Goyambokka**
Safari matinal, puis route vers Tangalle

J11 — **Goyambokka**
Journée de repos sur la plage

J12–13 — **Mirissa · Weligama**
Plage, marché aux poissons et pêcheurs de Weligama

J14 — **Départ**
Dernière baignade, route vers l'aéroport, vol de nuit

ITINÉRAIRES

Le Sri Lanka en 3 semaines

Le grand tour de l'île à un rythme confortable : jamais plus de 4 h de route par jour et au moins une journée libre par semaine.



J1 — Negombo
Arrivée et repos au bord de l'océan

J2–3 — Anuradhapura
Cité sacrée à vélo, Mihintale au coucher du soleil

J4–7 — Sigiriya (4 nuits)
Rocher du Lion, Pidurangala, Polonnaruwa, Dambulla, safari éléphants, Ritigala

J8–9 — Kandy
Jardins d'épices de Matale, temple de la Dent, Peradeniya

J10–11 — Adam's Peak
Ascension nocturne (déc. – mai) puis repos

J12 — Nuwara Eliya
Usine de thé, lac Gregory, high tea

J13–15 — Horton Plains · Ella
World's End à l'aube, train panoramique, randonnées

J16–17 — Udawalawe · Yala
Safari éléphants, safari léopards, puja à Kataragama

J18–20 — Tangalle · Mirissa · Galle
Tortues à Rekawa, baleines et surf, fort de Galle

J21 — Départ
Autoroute du sud vers l'aéroport (≈ 2 h 30)

Conseils

- Réserver Sigiriya, Ella, Mirissa à l'avance
- Itinéraire pensé pour l'hiver (déc. – avril)
- Frontale et couches chaudes pour Adam's Peak
- Une journée sans programme par semaine

Itinéraire détaillé →

Partir en juillet – août ?

Privilégiez la côte est (Trincomalee, Arugam Bay), plus ensoleillée, et assistez à l'Esala Perahera de Kandy. Voir l'itinéraire spécial été : guide-srilanka.fr/itineraire-au-sri-lanka-en-ete.html

INFOS PRATIQUES

Visa et formalités

Pour un séjour touristique, les voyageurs français ont besoin d'un passeport et d'une autorisation électronique de voyage (ETA), à obtenir en ligne avant le départ.

1
Demande en ligne
Sur le site officiel eta.gov.lk, au moins 2 à 3 semaines avant le départ. Méfiez-vous des sites intermédiaires qui facturent des frais élevés.

2
Formulaire
Identité, numéro de passeport, dates de voyage et adresse du premier hébergement. Paiement éventuel par carte bancaire.

3
Confirmation
Reçue par e-mail en général sous quelques jours. Imprimez-la ou gardez-la sur votre téléphone.

4
À l'arrivée
Présentez passeport et ETA ; on peut vous demander le billet retour et l'adresse d'hébergement.

Ce qu'il faut savoir

Durée L'ETA touristique couvre en général 30 jours ; prolongation possible auprès du Department of Immigration à Colombo.

Passeport Valide au moins 6 mois après l'arrivée. La carte d'identité ne suffit pas, y compris pour les enfants.

Enfants Passeport et ETA individuels, bébés compris. Mineur voyageant sans ses parents : autorisation de sortie du territoire.

Conduite Le permis international ne suffit pas : un permis temporaire local est à obtenir sur place.

Douane Drones soumis à autorisation, export d'antiquités réglementé, gardez les factures des pierres précieuses.

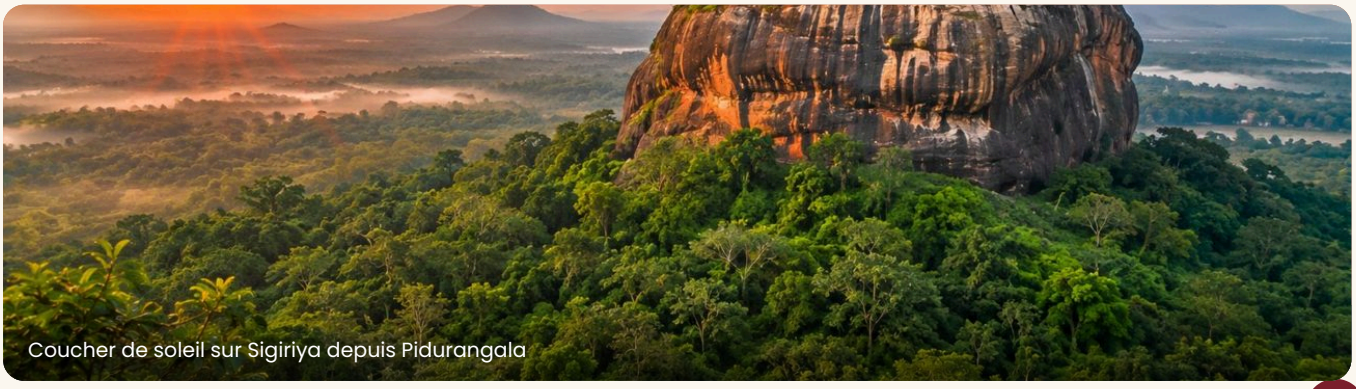
Tatouages Couvrez les tatouages représentant le Bouddha : ils peuvent poser problème.

Check-list avant le départ

- [ ] Passeport valide 6 mois après l'arrivée, 2 pages vierges
- [ ] ETA obtenue sur le site officiel, imprimée
- [ ] Billet retour ou de continuation
- [ ] Assurance voyage (frais médicaux + rapatriement)
- [ ] Inscription gratuite sur Ariane (diplomatie.gouv.fr)
- [ ] Copies numériques de tous les documents

Les conditions de l'ETA (gratuité, frais, durée) ont changé plusieurs fois depuis 2024 : vérifiez-les sur le site officiel et sur les Conseils aux voyageurs de diplomatie.gouv.fr avant de partir.

Visa & formalités à jour →



Coucher de soleil sur Sigiriya depuis Pidurangala

INFOS PRATIQUES

Quel budget prévoir ?

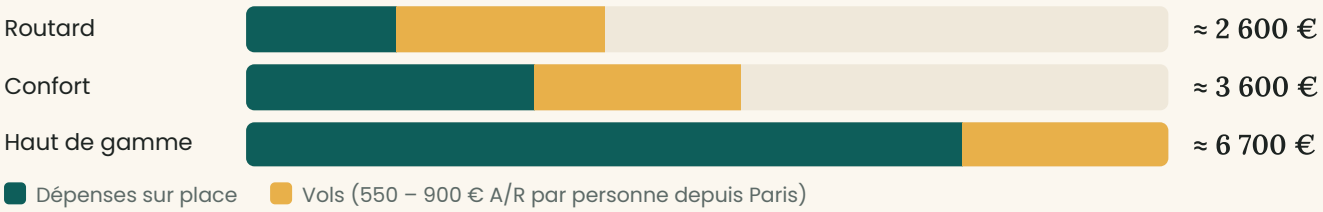
Le Sri Lanka reste une destination abordable. Comptez par personne et par jour, hors vols internationaux :

ROUTARD
25 – 40 €
Guesthouses, bus et trains, rice & curry local

CONFORT
60 – 90 €
Hôtels de charme, chauffeur partagé, bonnes tables

HAUT DE GAMME
150 € +
Lodges et resorts, chauffeur-guide privé

Exemple : 15 jours pour deux personnes



Hébergement (chambre double / nuit)

Guesthouse ou homestay	**15 – 35 €**
Hôtel de charme / boutique	**50 – 120 €**
Hôtel haut de gamme / lodge	**150 – 400 €**

Repas et boissons

Rice & curry dans un restaurant local	**1,50 – 4 €**
Kottu roti	**2 – 4 €**
Repas en restaurant touristique	**8 – 15 €**
Bière locale	**2 – 4 €**

Transports

Chauffeur privé avec voiture / jour	**50 – 70 €**
Bus longue distance	**1 – 5 €**
Train en 2e classe réservée	**quelques €**
Tuk-tuk en ville (PickMe)	**1 – 4 €**

Visites et activités

Rocher de Sigiriya	**≈ 35 USD**
Polonnaruwa, Anuradhapura	**≈ 25 – 30 USD**
Safari Yala ou Udawalawe	**40 – 70 €**
Sortie baleines à Mirissa	**40 – 60 €**

Pourboires

Un service de 10 % est souvent inclus au restaurant. Pour un chauffeur-guide, comptez 5 à 10 € par jour selon la qualité du service.

Argent

Les droits d'entrée sont affichés en dollars mais se règlent en roupies ou par carte. Distributeurs plus rares à Sigiriya et Ella.



Panorama de Horton Plains et World's End

Simulez votre voyage : **calculateur de budget →**

INFOS PRATIQUES

Se déplacer au Sri Lanka

Train
Économique et spectaculaire, surtout Kandy – Ella et la ligne côtière vers Galle. Réservez sur le portail Sri Lanka Railways.

Bus
Bus publics rouges (SLTB) très bon marché, bus privés plus confortables et express par l'autoroute du sud.

Tuk-tuk
Parfait pour les courtes distances. Négociez avant de monter ou utilisez PickMe / Uber pour un prix affiché.

Voiture + chauffeur
La formule la plus confortable pour un circuit de 10 à 15 jours, idéale en famille. Demandez un devis détaillé.

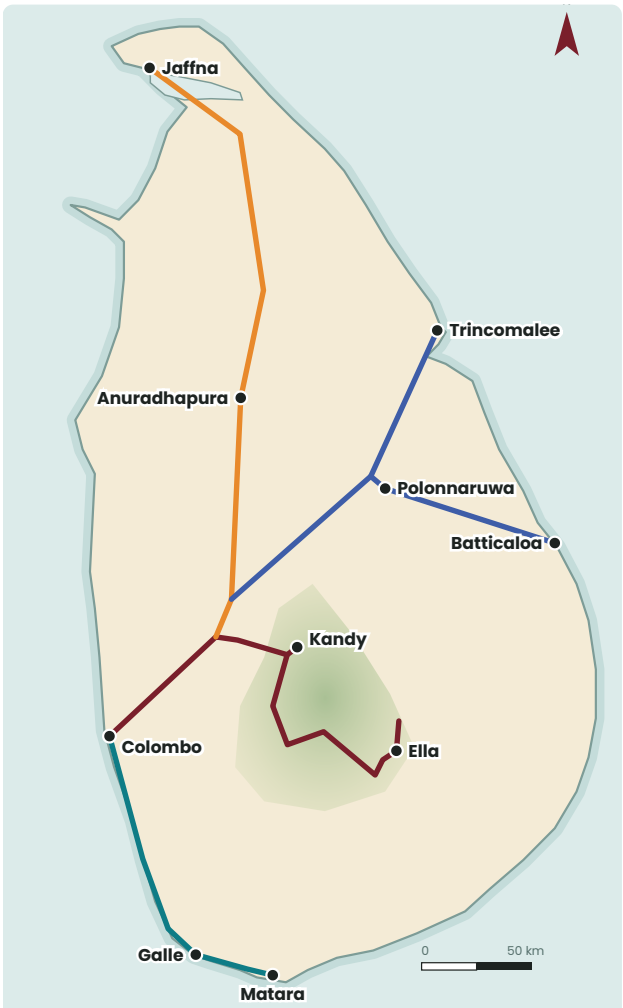
Location seul
Conduite à gauche, routes de montagne étroites, trafic dense : déconseillée pour un premier voyage.

Vélo
Idéal pour les sites d'Anuradhapura et Polonnaruwa. À pratiquer tôt le matin.

Temps de route indicatifs

Aéroport – Colombo	**1 h – 1 h 30**
Colombo – Kandy	**3 h – 4 h**
Colombo – Galle	**2 h – 3 h**
Colombo – Sigiriya	**4 h – 5 h**
Kandy – Nuwara Eliya	**2 h 30 – 3 h 30**
Nuwara Eliya – Ella	**2 h – 3 h**
Ella – Mirissa	**4 h – 5 h**
Galle – Mirissa	**1 h – 1 h 30**

Durées données à titre indicatif : le trafic, la météo et les routes de montagne peuvent les allonger.



Ligne des collines (Kandy – Ella – Badulla)
Ligne côtière (Galle – Matara)
Ligne du nord (Jaffna)
Lignes de l'est (Trincomalee, Batticaloa)
Tracés ferroviaires simplifiés.

Guide des transports →

Depuis l'aéroport
L'aéroport Bandaranaike est situé près de Negombo : taxi réservé à l'avance, PickMe / Uber, bus express ou chauffeur privé. Transfert vers Negombo ≈ 10 – 15 €.

Astuce
Installez PickMe et Uber et achetez une carte SIM locale dès l'arrivée pour circuler en ville à prix fixe.

INFOS PRATIQUES

Santé et sécurité

1990 **Ambulance gratuite Suwa Seriya**

Cliniques privées recommandées à Colombo : Asiri, Lanka Hospitals, Nawaloka

Vaccins

Aucun vaccin obligatoire depuis l'Europe. Recommandés : mise à jour DTP, hépatite A, typhoïde. À discuter : hépatite B, rage, encéphalite japonaise. Consultez 4 à 6 semaines avant le départ.

Dengue

Présente toute l'année, avec des pics pendant et après les moussons. Répulsif tropical, vêtements longs le soir, moustiquaire. En cas de fièvre : consulter, et éviter l'aspirine.

Paludisme

Le Sri Lanka est certifié exempt de paludisme par l'OMS : aucun traitement antipaludique n'est nécessaire.

Eau et alimentation

Eau en bouteille scellée ou filtrée, pas de glaçons dans les petits restaurants. Plats chauds et fruits épluchés sans risque.

Soleil et chaleur

Le soleil tape même par temps couvert : crème haute protection, chapeau, lunettes et beaucoup d'eau.

Mer

Respectez les drapeaux : les courants sont la première cause d'accidents graves chez les voyageurs.

Nature et animaux

- Ne pas toucher chiens errants ni singes ; consulter vite en cas de morsure
- Sangsues en forêt humide après la pluie (Horton Plains, Knuckles) : chaussettes hautes
- Serpents rarement vus : regarder où l'on marche
- Anti-nauséeux pour les routes de montagne et le bateau

Trousse à pharmacie

- [ ] Répulsif et crème solaire
- [ ] Antidiarrhéique et sels de réhydratation
- [ ] Paracétamol
- [ ] Antiseptique, pansements, ampoules
- [ ] Traitements habituels + ordonnance
- [ ] Anti-nauséeux



Plage de Tangalle, côte sud

Assurance voyage indispensable (frais médicaux + rapatriement) — les soins se paient souvent sur place.

Santé : le guide complet →

CULTURE

Culture et cuisine


Le temple troglodyte de Dambulla

Respecter les lieux sacrés

- Épaules et genoux couverts, chaussures et chapeau retirés
- Ne jamais poser dos à une statue du Bouddha pour une photo
- Pas de flash, pas de pieds pointés vers une statue
- Les jours de Poya (pleine lune), la vente d'alcool est interdite
- Le salut mains jointes sur la poitrine est apprécié

Rice & curry
Le plat national : riz et 5 à 10 petits currys (lentilles, légumes, poisson), sambols et papadums.

Hoppers (appa)
Crêpes en forme de bol à la farine de riz et lait de coco ; l'egg hopper cache un œuf.

String hoppers
Nids de nouilles de riz vapeur, servis avec un curry doux.

Kottu roti
Roti haché sur la plaque avec légumes, œuf, viande et épices — le bruit des lames annonce le dîner.

Pol sambol
Coco râpée, piment, oignon rouge et citron vert : il accompagne presque tout.

Lamprais
Plat burgher de riz, viandes et sambol cuits dans une feuille de bananier.

Wattalappam
Flan au lait de coco, sucre de palme, cardamome et noix de cajou.

Curd & treacle
Yaourt de bufflonne arrosé de sirop de kithul.

Astuce : demandez « less spicy » pour une version moins pimentée.

Thé de Ceylan
Grands crus d'altitude à déguster dans les plantations de Nuwara Eliya et d'Ella.

Thambili
La noix de coco royale orange, rafraîchissante par la chaleur.

Arrack
Eau-de-vie de sève de cocotier, avec une ginger beer locale.


Plantations de thé au lever du soleil

Religions, fêtes et recettes : **guide-srilanka.fr/culture-gastronomie.html →**

AVANT DE PARTIR

Petit lexique et check-list

Français	Cinghalais	Tamoul
Bonjour / au revoir	*Āyubōwan*	*Vanakkam*
Merci	*Istuti*	*Nandri*
Oui	*Ow*	*Ām*
Non	*Nā*	*Illai*
Comment allez-vous ?	*Kohomada ?*	*Eppadi irukkinga ?*
Combien ?	*Kīyada ?*	*Evvalavu ?*
Délicieux !	*Rasai !*	*Suvaiyāga irukkiradhu !*

Dans la valise

- [ ] Vêtements légers et couvrants pour les temples
- [ ] Une polaire pour les hautes terres
- [ ] Chaussures de marche + sandales
- [ ] Lampe frontale (Adam's Peak)
- [ ] Répulsif anti-moustiques tropical
- [ ] Crème solaire, chapeau, lunettes
- [ ] Adaptateur électrique (types D / G)
- [ ] Gourde filtrante
- [ ] Copies du passeport et de l'ETA
- [ ] Petite trousse à pharmacie

Les ressources du site

Les 16 destinations
fiches détaillées et carte interactive

Tous les itinéraires
10 jours, 15 jours, 3 semaines, spécial été

Quand partir
calendrier mois par mois

Calculateur de budget
estimez votre voyage

Visa et formalités
ETA, passeport, douane

Le blog
récits, conseils et actualités



GUIDE SRI LANKA

Préparez votre voyage sur guide-srilanka.fr

Fiches destinations, carte interactive, itinéraires détaillés, calculateur de budget et conseils pratiques mis à jour régulièrement.

Scannez pour accéder au guide en ligne

www.guide-srilanka.fr

Une question ? Contactez-nous →

Informations vérifiées en novembre 2026. Les formalités, tarifs et horaires évoluent : confirmez-les auprès des sources officielles avant le départ.

© Guide Sri Lanka — Mentions légales · Confidentialité