

Program po dnevih

A. Indonezija joga, opisni program

Trasa poti: Jakarta – Jogjakarta – Ubud (Bali) – Gili Air – Kuta (Lombok)

Po pristanku v Jakarti nas čaka še kratek lokalni let do Yogjakarte, kjer si ogledamo največji budistični tempelj na svetu, ki sodi tudi pod Unescovo zaščito – Borobudur.

Naslednji dan začnemo z jogo med hribovji osrednje Jave. Odpravimo se na krajši trek, ki nam ponudi prekrasen razgled na ostanke kraljestva Saliandra. Preden se poslovimo od Jave obiščemo še osupljiv hindujski tempelj iz 9. stoletja – Prambanan.

Do Balijskega otoka loči kratek lokalni let in za bazo si izberemo spiritualno prestolnico otoka – Ubud. Ta je znan po osupljivi naravi, svojevrstni kulturi, mnogih čudovitih koticah za vadbo joge in modernih (pretežno veganskih) restavracijah. Po vadbi joge se peš sprehodimo skozi mesto. Ob tem obiščemo opičji gozd in podimo opice z glave, zavijemo v enega najlepših muzejev na svetu Agung Rai in nakupujemo na tržnici z umetninami umetnikov iz celega sveta. S kolesi se odpravimo raziskovati balijansko podoželje pod vulkanom Batur. Vozimo se skozi vasice, čez riževa polja in skozi tropske gozdove. Z dvema besedama - TOP SHIT. Zvečer pa mišice pretegnemo s pitta joga.

Ker je naše potovanje v osnovi namenjeno odkrivanju joge, obiščemo lokalno jogo šolo, kjer vadimo letečo jogo. Popoldne si rezerviramo za tečaj lokalne kuhinje. Z modernim hidrogliserjem se odpeljemo do majhnih otočkov – Gillijev, ki postanejo naš dom za 4 dni. Tam izvajamo jogo na supih, snorklamo v turkiznem morju, naučimo se acro joge, s kolesi obkrožimo otok, uživamo v prelepih sončnih zahodih in se nastavljamo soncu na tropskih plažah.

Do otoka Lombok, ki ga prevozimo z najetimi vozili vse od severa do juga, se odpeljemo z lokalnim čolnom. Ob tem se ustavimo v lokalni vasi in na prelepih slapovih Benang Stokl, kjer se tudi kopamo.

Vasica Kuta je pravi surfarski raj in tudi mi se z učitelji odpravimo osvajat valove. Izvajamo tudi Shivananda jogo in imamo acro jam. Z lokalnimi surferji pa ga zažuramo pozno v noč. Pred povratkom domov imamo čas za zadnje nakupe.

Nočitve: večinoma z zajtrkom v hotelih turističnega standarda (dvoposteljna soba s tušem in klimo) brez lokalne kategorizacije. Hoteli so običajno z bazenom

Prevozi: lokalni leti, najeti kombiji ali mini-busi, hitri čolni in lokalni čolni za prevoz med otoki. Vsi prevozi brez lokalne kategorizacije

Program priporočamo tistim ljubiteljem joge, ki si želijo popotniškega načina odkrivanja sveta.

B. Indonezija joga, program po dnevih

16 dni

1. dan: Prevoz do bližnjega letališča, letalo.
2. dan: Lokalni polet proti Yogjakarti, namestitev in ogled največjega budističnega templja na svetu – Borobudurja.
3. dan: Joga, izlet do razgledne točke od koder se nam odprejo prekrasni razgledi na starodavno kraljestvo Sailendra. Zvečer imamo spoznavni večer, kjer izvemo več o jogah, ki jih bomo izvajali in se med seboj spoznamo.
4. dan: Obiščemo čudovit hindujskega tempelj - Prambanan, popoldan pa poletimo na otok Bali.
5. dan: Spimo v indonezijski joga prestolnici – Ubudu. Po jutranji jogi se sprehodimo po mestu, obiščemo zelo poseben opičji gozd, spoznamo se z balijansko kulturo v čudovitem muzeju Agung Rai in raziščemo tržnico umetnin.
6. dan: Sledi celodnevni izlet s kolesi po balijskem podežlju - obiščemo tradicionalne vasi, riževa polja, vulkan Batur in zaključimo z kosilom, ki je vključeno v ceni. Ko prihodu si mišice pretegnemo z izvajanjem Pitta joge.
7. dan: Po zajtrku obiščemo posebno učno uro Flying joge, popoldne pa se na kuharskem tečaju naučimo kuhati tradicionalne balijanske jedi. Pred spanjem se spoznamo joga nidro.
8. dan: Poslovimo se od Ubuda in se z hidro gliserjem odpeljemo na Gili Air.
9. dan: Uživamo tropsko življenje - kopamo se na nebeški plaži, izvajamo jogo na supih, s kolesi se zapeljemo okoli celega otoka in uživamo v sončnem zahodu.
10. dan: Z ladjico se odpeljemo na izlet okoli treh otokov, kjer snorklamo s tropskimi ribicami, želvami in ostalimi morskimi živalimi. Po prihodu v namestitev si privoščimo masažo.
11. dan: Dan začnemo z vadbo vinyasa joge, popoldne na plaži izvajamo acro jogo in kot se za zadnji dan spodobi raziščemo nočno življenje otoka.
12. dan: S čolnom odplujemo na Lombok, ki ga prečesamo od severa do juga. Obiščemo lokalno tržnico, skopamo se v čudovitih slapovih pod vulkanom Rinjani, na koncu pa se ustavimo v tradicionalni vasi, kjer nam predstavijo življenje domorodcev.
13. dan: Zbudimo se v majhni vasici Kuta in že hitimo s spoznavanjem Shivananda joge. Kasneje raziskujemo najlepše plaže Lomboka, kjer imamo tudi Acro joga jam.
14. dan: Dan bomo namenili učenju surfanja na valovih. Lokalni učitelji nam bodo pomagali, da osvojimo osnovne korake tega izredno zabavnega športa. Zvečer pa seveda žur do jutranjih ur
15. dan: Prosto za zadnje nakupe in prevoz na letališče.
16. dan: Prihod domov.

Dobro je vedeti

Dobro je vedeti!

Formalnosti ob prehodu mej: Pri vstopu v Indonezijo imejte potni list, ki velja še vsaj 6 mesecev. Viza za vstop je potrebna, uredite si jo ob prihodu na letališče (on arrival) oziroma preko

Indonezija: Joga - Yoganezija

interneta (e-visa) trajanje je do 30 dni. Če nameravate ostati dlje, priporočamo, da si 90-dnevni vizum uredite na indonezijskem veleposlaništvu na Dunaju oziroma preko agencije Kompas (rabiš sliko, izpolnjen obrazec, kopijo printov letalskih kart). Za osebno uporabo lahko prenesemo 1 liter žgane pijače, vendar nihče ne komplicira, zato Shappci vzamemo dva. Enega, domačega damo v ta veliko prtljago ob check-inu, drugega pa kupimo v duty free shopu. Vzamemo lahko tudi eno šteko cigaret na osebo, vendar so slednje v Indoneziji cenejše in slavnejše (kretek).

Dokumenti: Priporočljivo je, da si narediš kopijo potnega lista in kartic, ter si jih shraniš na email oziroma računalnik. Priporočljivo je, da s seboj vzameš tudi svojo fotografijo (za dokumente). Vzemite ISIC študentsko mednarodno kartico, ki včasih pomeni poceni vstopnine. Z njo prišparaš kakih 15 eur.

Cepljenje, zdravje: Nobeno cepljenje ni obvezno, še posebej to velja za Javo, Bali, Gili... Tablete proti malariji so predvsem za tiste, ki bodo potovanje podaljšali v odročnejše predele države, sicer pa malarija ne predstavlja nevarnosti (več na: <http://cdc-malaria.ncsa.uiuc.edu/>). Opozorila nekaterih zdravstvenih agencij sicer še vedno veljajo, zato je odločitev o jemanju antimalarikov odvisna od vsakega individualnega potnika. Bolj pazljivi se cepijo proti hepatitisu A. Trebušne preglavice zdravite tudi s pravilno prehrano in tabletami na potovanju (precej pomagajo tudi žganje ali gazirane pijače). Higienke razmere so v zadnjih letih v večjih mestih in turističnih destinacijah podobne Sredozemlju. Voda iz vodovoda ni pitna. Pijačo iz pločevink raje pijte po slamici, sadje vedno olupite. Več informacij dobite na in na Inštitutu za varovanje zdravja RS, Trubarjeva 1, Ljubljana ali na <http://www.zdravinapot.si/destinacije/azija/indonezija>. Priporočamo, da si uredite zdravstveno zavarovanje z asistenco v tujini (Grawe, Vzajemna, Coris ali kaj podobnega, tudi preko nas).

Varnost: Indonezija je varna dežela glede kraj, pa vendar previdnost ni odveč. Najbolj nevaren je Bali, kjer je potrebno še posebej paziti pri menjavi denarja (najhujši zmikavti so v menjalnicah in trgovinah, ki sprva ponudijo neverjetno dober menjalni tečaj, strankam pa izplačajo lokalno valuto v množtvu majhnih bankovcev, seveda precejmanj od obljubljenе vsote). Potni list in denar nosimo vedno s seboj ali pa jih pustimo v hotelskih sefih. Kar pustimo ali pozabimo na vidnih mestih (npr. v hotelskih sobah), nas ne bo dolgo čakalo. Opozarjamo, da vsak potnik potuje na lastno odgovornost. V izogib zapletom na letališču prosimo, da pred vstopom na letalo pospravite kamere, baterije in mobilne telefone med osebno prtljago (ki jo vzamete s seboj na letalo), medtem ko razna rezila (švicarski nožek, pilica za nohte...) obvezno pustite v potovalki oziroma nahrbtniku. Pijačo in drugo tekočino (kreme za sončenje, zobne paste), ki presega volumen 1 dcl, obvezno pustite v velikem nahrbtniku. Lahko pa vzamete prazno pollitrsko plastenko, ki vam jo na letalu brezplačno napolnijo z vodo.

Euri, dolarji ali kartice? Valuta je indonezijska rupija IDR, v razmerju do eura pa niha: 1 eur = pribl. 15.000 IDR. Najvišja denominacija je 100.000, kar pomeni, da bomo imeli denarnice polne ne preveč vrednih bankovcev. Kljub temu je dobro v žepih imeti tudi manjše bankovce, saj ti pri plačilu z bankovcem za 100.000 večina trgovcev drobiža ne bo mogla vrniti. Dolar uživa malenkostno ugodnejši tečaj - razlika med odkupnim in prodajnim tečajem je pri dolarju manjša kot pri euru. Zavoljo tega pa dolarjev vendarle ni treba kupovati. Vzamete jih le, če jih imate na zalogi, saj v vseh menjalnicah na naši poti brez težav zamenjamo tudi eure.

Indonezija: Joga - Yoganezija

Ugodnost menjalnih tečajev z oddaljenostjo od Jakarte ali Denpasarja drastično pada, zato je dobro s seboj imeti tudi kartice (BA Maestro...). Po novem so namreč bančni avtomati dovolj gosto posejani tudi po odročnejših otokih (Gili, Flores, Sulavezi...). Ker pa pogosto ne delujejo, oziroma z našimi karticami sploh niso kompatibilni, je najbolje, če imate s seboj nekaj sto evrov za rezervo.

Torej: s seboj EURE

Pred odhodom pri banki preverite, da ni kartica zablokirana za dvige izven EU.

Pozor: Menjalnice kovancev ne odkupujejo, včasih pa to velja tudi za določene dolarske bankovce, predvsem starejše od 10 let. Manjši apoeni (ponavadi od 50 USD navzdol) imajo slabši menjalni tečaj. Potovalni čeki so zelo težko vnovčljivi.

Stroški: Za skupne stroške programu rabite še približno 650 eur. Pričakuj približno 10 % več v visoki sezoni (julij-avgust) in/ali v primeru, da skupina ni polna. Denar, ki ste ga oddali za lokalne lete, se od tega zneska odšteje.

Poleg tega gre še približno: 10 - 15 eurov na dan za osebne potrebe; preostala hrana, manjši spominki, brezalkoholna pijača ter tudi kakšno pivo.

Cene: Cene turističnih storitev so približno 50 – 60 % naših, hrana, ki jo jedo domačini, pa je še cenejša. Podobno kot pri nas stanejo le alkoholne pijače. Nekaj primerov: skleda riža ali nudlov na ulici 10.000, obrok v restavraciji 25.000 – 40.0000, soba za 2 osebi s klimo, wc-jem in zajtrkom 250.000 – 450.000, voda v trgovini 5.000, veliko pivo v trgovini - restavraciji 25.000 - 35.000, kilogram sadja na ulici 10.000, sarong ali majica 20.000, magnetki, kipci do 10.000, maska ali kak vrednejši spominek 25.000 – 50.0000, oblačila kvazi priznanih proizvajalcev se dobi že za nekaj eur. Seveda več denarja ne škodi – za rezervo, udobje, pive za živce, kakšno bolj fensi restavracijo in ugodne nakupe.

Hrana: je na Baliju in na Gilijih odlična, večkrat imamo skupna kosila ali večerje. Ubud slovi pa nešteti vegetarjanski in veganski restavracijah.

Trekingi: V glavnem gre za krajše, lahkotne sprehode po dobro uhojenih poteh, ki jih zmore vsak, ki je sposoben priti na vrh Šmarne gore.

Komunikacije z domačini: Uporabljajte čimbolj enostavno angleščino in bo šlo.

Komunikacije z domovino in domom: Internet je dostopen v vseh večjih krajih, skoraj vsi hoteli in lokali v turističnih krajih imajo brezplačen wi-fi. Mobitel deluje ali pa ne, priporočamo pa nakup lokalne mobi kartice, ki omogoča bistveno cenejše klicanje v domovino ter komunikacijo z vodnikom in ostalimi sopotniki (v primeru, da se med prostim časom izgubiš).

Klic v Slovenijo je odvisen od operaterja : 001 386... ter 008 386... za Indosat, 007 386 za Telkom, 009 386 ta Bakrie Telecom + številka brez ničle.

Klic v Indonezijo 00 62...

Možnost samostojnega podaljšanja potovanja: Možno se je vrniti kadarkoli kasneje v lastni režiji. Lahko si privoščite dan ali dva počitnic več in ostanete v Kuta-Bali ali Kuta-Lombok. Sprememba datuma je ob prijavi brezplačna, po tem, ko so letalske karte že natisnjene pa stane pribl. 100 - 150 eurov, včasih pa celo več (odvisno od letalskega prevoznika in predvsem cene letalske karte ob nakupu). Upoštevaj, da viza, ki jo dobite na letališču, velja samo 30 dni in

Indonezija: Joga - Yoganezija

je ni mogoče podaljšati. 90 dnevno vizo si morate urediti na Dunaju, urejanje preko naših agencij pa stane okrog 60 eur. Datum željenega povratka moraš sporočiti čimprej, še najbolje ob prijavi.

Podnebje oz. temperature: Podnebje je odvisno od regije. Najmanj dežja je poleti, vendar tudi t.i. deževna doba (naši zimski meseci) ni kritična. Čez celo leto so temperature nekoliko višje kot pri nas.

Lokalni čas: Lokalni čas je od pet do osem ur pred našim, odvisno od časovne cone in letnega časa. Jakarta je poleti 5 ur pred nami, Bali, Lombok ter tudi Singapur pa 6 ur (pozimi dodas se eno uro).

Pomembni naslovi:

1. Veleposlaništvo Republike Indonezije

Gustav-Tschermak Gasse 5-7

A-1180 Dunaj

Avstrija

Tel: (+) 43 1 476 23 47

Fax: (+) 43 1 479 05 57

Elektronska pošta: unitkom@kbriwina.at

Spletni naslov: www.kbriwina.at

Nj. eksc. g. I Gusti Agung Wesaka Puja, veleposlanik

2. Konzulat Republike Indonezije

Prešernova 11

SI-1000 Ljubljana

Slovenija

Tel: (+) 386 1 200 51 77

Fax: (+) 386 1 200 51 71

Elektronska pošta: arne.mislej@almis.si

g. Arne Mislej, častni konzul

3. Veleposlaništvo Republike Avstrije v Djakarti:

44, Jalan Diponegoro

Jakarta

Indonezija

Poštni naslov:

P.O.B. 2746, Jakarta 10001

Tel: (+62/21) 31 93 81 01

(+62/21) 31 93 80 90

Faks: (+62/21) 39 04 927

E-mail: jakarta-ob@bmeia.gv.at

Internet: www.aussenministerium.at/jakarta

www.austrian-embassy.or.id

Slovenski državljani se lahko za nujno konzularno zaščito obrnejo na diplomatsko konzularno predstavništvo katerekoli članice Evropske unije.