

## Μ Π Α Λ Ι



### ΧΡΗΣΙΜΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ

Το νησί των θεών... Ο παράδεισος των spa και του μασάζ! Διαθέτει απέραντες ακρογιαλιές, κατάφυτες εκτάσεις, ορυζώνες, μικρά γραφικά χωριουδάκια, μνημεία, γλυκούς και φιλόξενους κατοίκους, ακόμα και ενεργά ηφαίστεια που σας περιμένουν να τα επισκεφθείτε!

Το Μπαλί αποτελεί ένα από τα 18500 νησιά της Ινδονησίας και θεωρείται ένας από τους πιο κοσμοπολίτικους προορισμούς στον πλανήτη. Είναι από τα μεγαλύτερα σε μέγεθος νησιά της Ινδονησίας και συγκριτικά με ένα Ελληνικό νησί ξεπερνά σε μέγεθος την Κρήτη. Βρίσκεται στη μέση του Ινδονησιακού Αρχιπελάγους, ανάμεσα στον Ισημερινό και τον Τροπικό του Καρκίνου, απέναντι από το πιο ανατολικό σημείο της Ιάβας.

Η φυσική του ομορφιά είναι εξαιρετική σε συνδυασμό με την κουλτούρα των Μπαλινέζων που κάνουν το νησί έναν από τους πιο ενδιαφέροντες προορισμούς σε ατομικό ταξίδι για όλους τους τύπους ταξιδιωτών: Νεόνυμφους, οικογένειες, παρέες, φυσιολάτρες, παρέες με ενδιαφέρον στα σπορ, κλπ.

Πρωτεύουσα είναι το **DENPASAR**, το οποίο όμως δεν είναι παραθαλάσσιο.

Τουριστικό κέντρο του νησιού αποτελεί η **KUTA** η οποία είναι παραθαλάσσια και εκεί εκτός από ξενοδοχεία μπορεί κανείς να βρεθεί στην καρδιά του νησιού αφού υπάρχουν εστιατόρια, μπαρ, κλαμπ, εμπορικά μαγαζιά και φυσικά το παζάρι με όλων των ειδών τα πράγματα που ένας τουρίστας μπαίνει σε πειρασμό να αγοράσει.

Η πιο κοσμοπολίτικη παραλία του νησιού είναι η **NUSA DUA**...Φανταστείτε ένα τεράστιο παραθαλάσσιο πάρκο όπου τα ξενοδοχεία είναι χτισμένα μέσα στο πράσινο (τεράστιους τροπικούς κήπους) και είναι το ένα δίπλα στο άλλο. Υπάρχει υποτυπώδεις αγορά με 1, 2 εστιατόρια και κάποια μαγαζιά αλλά είναι σαφώς ακριβότερη από την Κούτα (Απόσταση μεταξύ NUSA DUA & KUTA είναι περίπου 40-45 λεπτά οδικώς).

Άλλες παραλίες όπως η **SEMINYAK, JIMBARAN, LEGIAN, SANUR** είναι επίσης πολύ όμορφες και σε μικρότερη απόσταση από την KUTA (περίπου 15 -20 λεπτά οδικώς).

#### **SEMINYAK BEACH**

**KU DE TA – beach bar**

JALAN KAYU AYA NO. 9

SEMINYAK, BALI 80361, INDONESIA

### POTATO HEAD – beach bar

Jl. Petitenget 51B  
Seminyak, Bali 83061, Indonesia

### PURI SARON SEMINYAK

Jl. Camplung Tanduk,  
Seminyak

Στην παραλία που βρίσκεται μπροστά στο Puri Saron Seminyak έχει μπαράκια με μαξιλάρες πάνω στην άμμο και live μουσική τα βράδια

### JIMBARAN BEACH

**Ayana Resort & Spa – Τέλειο ηλιοβασίλεμα στο Rock Bar Bali που βρίσκεται μέσα στο ξενοδοχείο**

Jl. Karang Mas Sejahtera  
Jimbaran, Bali 80364, Indonesia

Επίσης στην παραλία Jimbaran έχει μαγαζιά πάνω στη θάλασσα με αστακούς και θαλασσινά

## Ούμπουντ - Το χωριό των ζωγράφων

Το **UBUD** είναι ορεινή περιοχή (ένα από τα χωριά των καλλιτεχνών) μέσα στην τροπική βλάστηση. Από τις πιο ακριβές περιοχές στο Μπαλί και παρόλο που δεν έχει θάλασσα το προτιμούν για την χλιδή των καταλυμάτων του σε συνδυασμό με την ηρεμία του φυσικού τοπίου.

ΟΤΑΝ ΒΡΕΘΕΙΤΕ στο Μπαλί, ο δρόμος των αναζητήσεών σας θα σας βγάλει πρώτα στο Ούμπουντ, κι αυτό γιατί ο παλμός του νησιού είναι περισσότερο έντονος εδώ από όλα τα υπόλοιπα μέρη. Το Ούμπουντ γνώρισε την τουριστική του έξαρση περίπου το 1920 και έκτοτε δεν έχασε την πρωτοκαθεδρία στις επιλογές όσων επισκέπτονται το Μπαλί. Αποτελεί άλλωστε το καλύτερο ορμητήριο για να εξερευνήσετε την ενδοχώρα του νησιού.

Διασχίστε με τα πόδια την περιοχή και θαυμάστε τα τροπικά φαράγγια και τα μαγευτικά χωριουδάκια. Το φυσικό κάλλος είναι ανεπανάληπτο. Θα δείτε απέραντες εκτάσεις όπου εργάτες καλλιεργούν με τα χέρια ακόμη φυτείες τσαγιού και καφέ, ενώ η τροπική βλάστηση «ντύνει» τις περιπατητικές διαδρομές πλάι στον ποταμό Αγιούνγκ (Ayung) οδηγώντας σας σε μαγικές τοποθεσίες αλλά και σε ναούς χτισμένους με μεγαλοπρέπεια.

Ωστόσο δεν είναι μόνο η φυσική ομορφιά που κάνει το Ούμπουντ ξεχωριστό αλλά και η πολιτιστική του κληρονομιά. Η καλλιτεχνική σημασία του Ούμπουντ είναι αξιοσημείωτη, δεν είναι λίγοι μάλιστα αυτοί που το αποκαλούν «χωριό των ζωγράφων» καθώς μια βόλτα στα στενά του δρομάκια αρκεί για να δικαιολογήσει αυτόν τον χαρακτηρισμό με τις αναρίθμητες μικρές γκαλερί που φιλοξενούν έργα τέχνης Μπαλινέζων καλλιτεχνών και χειροποίητα αναμνηστικά δώρα φτιαγμένα στην πλειοψηφία τους από ξύλο να σας αναγκάζουν σε αρκετές στάσεις.

### **Τι να δείτε**

Αναζητήστε το Μουσείο Νέκα, το μεγαλύτερο ιδιωτικό μουσείο τέχνης της Ινδονησίας που μετρά πάνω από 120 χρόνια ζωής αλλά και τον ναό Ουλουβάτου, στον δρόμο προς το Ούμπουντ που θα σας κάνει να νιώσετε πρωταγωνιστές παραμυθιού. Επίσης σημειώστε στον χάρτη σας τον ναό Πούρα Γκουνούνγκ Λεμπαχ ή Καμπουχάν, χτισμένο μέσα σε ένα φαράγγι στα δυτικά του Ούμπουντ, που χρονολογείται από τον 8ο αιώνα. Οπλιστείτε με μπανάνες και κάντε έναν περίπατο στο **Δάσος των Πιθήκων** ([www.monkeyforestubud.com](http://www.monkeyforestubud.com)) του Ουμπούντ. Οι θρασύτατοι μακάκοι με τις μακριές ουρές, που δεν διστάζουν να αρπάξουν ό,τι τους γυαλίσει, «φυλάνε» τον ινδουιστικό ναό που είναι χαμένος μέσα στην τροπική βλάστηση.

### **Πού να φάτε**

#### **Tropical Bali Restaurant**

Monkey Forest Street, Ubud

<http://www.tropicalbalirestaurant.com/restaurant/tropical-ubud/>

### **Dolce Arancia**

Jalan Goutama 17, Ubud

<http://www.dolcearancia.com/>

### **Warung Biah Biah**

Jalan Goutama 13, Ubud

### **Ibu Rai Restaurant**

Jalan Monkey Forest 72, Ubud

### **Bali Buda Ubud**

Jalan Jembawan 01, Ubud

<http://www.balibuda.com/ourmissio/bali-buddha-ubud/>

Ένα πολύ ιδιαίτερο καφέ-εστιατόριο με πολύ νόστιμο φαγητό, το οποίο έχει το είδος του περίπλοκου καταλόγου, περιέχει, δηλαδή, από μακροβιοτικό πιάτο ημέρας μέχρι χοιρινά παιδάκια. Είναι στο κέντρο του Ουμπούντ, ακριβώς απέναντι από το Radiantly Alive, πράγμα που σας σώζει σε περίπτωση που πεινάσετε μετά το μάθημα γιόγκα. Επίσης, έχουν ένα φούρνο/mini market που έχει άπειρα ψωμάκια, γλυκάκια χωρίς γλουτένη ή χωρίς ζάχαρη και πολλές άλλες υγιεινές λιχουδιές. Στο ίδιο μαγαζί θα βρείτε και όλων των ειδών τα εναλλακτικά φάρμακα, αγιουβερδικές βιταμίνες και κρέμες.

### **Locavore**

Jalan Dewi Sita

<http://locavore.co.id/>

Το όνομά του σε βοηθάει να καταλάβεις ότι δουλεύουν με γηγενή υλικά. Δύο σεφ, ο ένας Ολλανδός και ο άλλος Μπαλινέζος, έχουν φτιάξει ένα μαγαζί-πρότυπο, χρησιμοποιώντας αποκλειστικά και μόνο ντόπια προϊόντα που μαγειρεύουν με ευρωπαϊκό τρόπο. Το φαγητό είναι εξαιρετικό και γι' αυτό το μαγαζί είναι πάντα γεμάτο. Λειτουργούν με μενού degustation, ένα για κρεατοφάγους και ένα για χορτοφάγους. Κάθε μήνα ο κατάλογος αλλάζει, σύμφωνα με την εποχικότητα των προϊόντων και την έμπνευση των σεφ. Σας συμβουλεύω να κλείσετε τραπέζι πριν πάτε, ακόμα και από την Αθήνα. Πιστέψτε με, αξίζει. Εάν όμως δεν βρείτε τραπέζι, μπορείτε να πάτε στο μικρό του αδελφάκι, το Locavore on the Go, όπου η κουζίνα είναι πιο easygoing, με διάφορα tapas, σάντουιτς κ.λπ. Είναι πολύ καλή επιλογή και για μεσημεριανό.

### **Watercress Ubud**

<http://www.watercressubud.com/>

Το μενού έχει πάρα πολλά δυτικά πιάτα, ενδείκνυται δε και για brunch, μια και έχει απίστευτη ποικιλία από αυγά. (Ένα άλλο που μου πρότειναν για πρωινό, αλλά δεν πρόλαβα να πάω, είναι το Elephant and the Kismet). Σε όλα τα πιάτα δεσπόζει η υπογραφή του νεροκάρδαμου. Έχει μεγάλη ποικιλία από ψάρια μαγειρεμένα με πιο μοντέρνο τρόπο. Ο φρέσκος τόνος ψημένος στα κάρβουνα με πουρέ γλυκοπατάτας είναι λουκούμι. Εξίσου νόστιμο είναι το burger με το μάχι μάχι, ένα λευκό ψάρι που βρίσκεται σε αφθονία στη θάλασσα της Ινδονησίας.

Το Ουμπούντ είναι ο επίγειος παράδεισος της υγιεινής διατροφής. Υπάρχουν πολλά εστιατόρια που προσφέρουν αποκλειστικά και μόνο χορτοφαγικά πιάτα. Το Clear café, το Soma café, το Seeds of Life, το Atman café και το Alchemy είναι μερικά από αυτά που συστήνω. Αξίζει, επίσης, μια επίσκεψη στη φάρμα Sari Organik, όπου καλλιεργούν δικά τους λαχανικά οργανικής γεωργίας. Δοκιμάστε, ξαπλωμένοι στις μαξιλάρες του εστιατορίου τους, τις κρύες σούπες του μενού για ένα ελαφρύ μεσημεριανό, αλλά και όλα τους τα vegetarian πιάτα που είναι γεμάτα γεύση.

Το βράδυ υπάρχουν πολλά μπαράκια και café με ζωντανή μουσική όλων των ειδών. Οι Μπαλινέζοι αγαπούν πολύ το τραγούδι και τον χορό. Επισκεφθείτε το café Havana (Jalan Dewi Sita, Ubud).

### Γλώσσα

Η Ινδονησιακή (Μπαχάσα Ιντονίσια), αλλά τα Αγγλικά είναι αρκετά για να συνεννοηθούμε. Ας έχουμε υπόψη μας πως ο πληθυσμός του Μπαλί είναι 3 εκατομμύρια άτομα, που διπλασιάζεται αν συνηθιστούν και οι επισκέπτες, οπότε τα Αγγλικά είναι διαδεδομένα. Το Μπαλί είναι πυκνοκατοικημένο, έξι εκατομμύρια άτομα σε ένα νησί λίγο μεγαλύτερο από τη Ρόδο δεν θα ήταν ιδανικός τόπος διακοπών χωρίς τη μοναδική διακριτικότητα και τον πολιτισμό των κατοίκων του.

### Θρησκεία

Η Ινδονησία γενικά είναι χώρα Μουσουλμανική, το Μπαλί, όμως, αποτελεί εξαίρεση, καθώς είναι το μοναδικό νησί του Αρχιπελάγους που οι κάτοικοί του είναι Ινδουιστές. Είναι γεμάτο Ινδουιστικούς Ναούς και Ιερά, και οι προσφορές των πιστών προς τα πνεύματα των νεκρών είναι καθημερινές. Χρειάζεται σεβασμός και ας κρατήσουμε μian απόσταση από τους ινδουιστές μοναχούς.

### Κλίμα

Το Μπαλί βρίσκεται στην τροπική ζώνη με αποτέλεσμα να έχει πάντα καλοκαίρι. Αυτό που αλλάζει είναι η περίοδος βροχών και ξηρασίας

Πρακτικά: Το δικό μας καλοκαίρι (ΑΠΡ – ΟΚΤ) είναι περίοδος ξηρασίας  
(ΝΟΕ – ΜΑΡ) περίοδος βροχών

Το τροπικό κλίμα πάντα κάνει μια πολύ μικρής διάρκειας βροχή ανεξαρτήτως εποχής.

### Μετακινήσεις

Ο καλύτερος τρόπος για να μετακινηθείτε στο Μπαλί είναι με ταξί. Είναι φτηνά και οι οδηγοί τους ευγενικοί και αρκετά καλοί γνώστες της Αγγλικής. Οι τιμές τους είναι αρκετά οικονομικές και καλό θα είναι να έχετε συμφωνήσει από την αρχή το κόστος. Μην επιχειρήσετε να νοικιάσετε αυτοκίνητο, οι ντόπιοι οδηγούν τελείως άναρχα ενώ υπάρχει και έντονο κυκλοφοριακό πρόβλημα.

### Οικονομικές συναλλαγές

Το επίσημο νόμισμα είναι η Ινδονησιακή Ρουπία I.D.R.

1€ = 15.000 IDR περίπου

Συνάλλαγμα σε ΕΥΡΩ. Σε όλα τα ξενοδοχεία και τα μεγάλα καταστήματα γίνονται δεκτές όλες οι πιστωτικές κάρτες.

### Διαφορά ώρας με την Ελλάδα

Το Μπαλί είναι 5 ώρες μπροστά από την Ελλάδα

### Φαγητό

Η Ινδονησιακή κουζίνα είναι κατά βάση Κινεζική, δηλ. λαχανικά, χόρτα, ρύζι, κρέας και ψάρι με τις γνωστές παράξενες για τα ελληνικά γούστα σάλτσες και πολλά φρούτα. Δοκιμάστε ντόπιες σπεσιαλιτέ σε κάποιο από τα warungs, τα μικρά παραδοσιακά καφέ, που θα συναντήσετε παντού στο νησί. Εάν σας αρέσει η κινεζική Κουζίνα, το Μπαλί είναι παράδεισος, αλλά υπάρχουν πάρα πολλά εστιατόρια που σερβίρουν Ευρωπαϊκή και, γενικά, δυτική Κουζίνα. Αν ζητήσετε ελληνική Κουζίνα, υπάρχει και αυτή! Τα περισσότερα ξενοδοχεία έχουν περισσότερα από ένα εστιατόρια, για να καλύψουν τις προτιμήσεις των πελατών τους.

Μερικές **σπεσιαλιτέ** της μπαλινέζικης κουζίνας είναι:

- Το **μπάμπι γκουλίνγκ** (δηλαδή χοιρινό στη σούβλα).-
- Το **μπέμπεκ τατού** (πάπια στο φούρνο) και φυσικά το λαβάρ (ολόκληρη καλομαγειρεμένη πάπια) που όμως δεν σερβίρεται σε εστιατόρια, αλλά στις τοπικές γιορτές.
- Το **Νάσι Καμπούρ**, συνηθισμένο καθημερινό γεύμα το Μπαλινέζων. Αποτελείται από ρύζι στον ατμό, κρέας με λαχανικά και καρυκεύματα καρύδας.

Όλα αυτά συνοδεύονται υπέροχα με πολύ καλή μπαλινέζικη μπίρα, την **Bintang**.

**Τάση ηλεκτρ. Ρεύματος: 220 Βολτ.**

**Κωδικός Τηλεφωνικών Κλήσεων: 0062**

### Παραλίες

Για τους surfers ιδανική παραλία είναι η Kuta που πάντοτε είναι κατάλληλη για surf. Επίσης αν δείτε σε κάποια παραλία κόκκινη σημαία, μην κολυμπήσετε. Η κόκκινη σημαία σε παραλία προειδοποιεί τους τουρίστες ότι υπάρχει κίνδυνος για (παλιρροϊκό) ρεύμα επιστροφής.

### Αγορές

Μεταξωτά, υφάσματα μπατίκ, δερμάτινα, κοσμήματα, αντίκες, σκαλιστά μικροέπιπλα και διακοσμητικά αντικείμενα.