

GUÍA de BALI

BALI

BALI está situada hacia el punto este de JAVA, separada por el Estrecho de BALI. Inmediatamente hacia el este se encuentra la isla de LOMBOK, con la que se conecta a través del Estrecho LOMBOK. En el lado norte y en el lado sur, la isla está bordeada por el MAR DE JAVA y el océano Índico respectivamente. La isla de BALI ocupa un área de aproximadamente 6000 kilómetros cuadrados y se encuentra a una latitud de 8° al sur del Ecuador.

La región sur de la isla está cubierta de fértiles tierras bajas y colinas al pie de la montaña. Muchos ríos pequeños, que tienen sus nacientes en las montañas del centro de la isla, fluyen a través de esas planicies y desembocan en el Océano Índico.

BALI es una isla volcánica con una cadena de montañas en el centro que va del oeste a este. Monte AGUNG, el pico más alto de BALI, con 3142 metros sobre el nivel del mar, domina el paisaje de la isla.

Los paisajes más típicos de la isla que son los arrozales escalonados se encuentran por todas partes y aumentan la belleza de la isla.

Las colinas y las montañas dibujan el paisaje del centro de la isla, recorriéndola en sentido este-oeste. Las más altas son las montañas AGUNG (3142m), BATUR, GUNUNG y AGUNG son volcanes que todavía están en actividad.

Estas altas tierras centrales se encuentran rodeadas de hermosos lagos, tales como el Lago BRATAN y el Lago BATUR y ríos como el BADUNG y el KELANDIS, que nacen de estas montañas.

BALI tiene dos estaciones: una estación seca, que dura de abril a septiembre, y una estación lluviosa, que dura de octubre a marzo. Las dos estaciones están separadas por un período de transición en el que el tiempo es impredecible. La estación seca es calurosa durante el día, pero fresca durante la noche. La temperatura diaria promedio en BALI varía de 28°-30° centígrados en las tierras bajas. En los pueblos y aldeas de las montañas la temperatura varía alrededor de los 10° centígrados. El período más placentero del año es entre mayo y septiembre.

La base de la cultura Balinesa es la religión "HINDU". El HINDUISMO es la forma de vida balinesa, esa es la diferencia de vida del resto del país, han conseguido mantener su cultura y forma de vida resistiendo a la influencia de otras religiones y el turismo, parece que no pase el tiempo en esta isla.

HISTORIA DE BALI

El pueblo balinés es descendiente de una raza prehistórica que emigró a través de Asia central continental al archipiélago de Indonesia, probablemente estableciéndose alrededor del 2500 adC. El final de la era prehistórica en Indonesia estuvo marcado por la llegada del pueblo hindú, alrededor del 100 adC, según lo determinan las inscripciones Brahmi sobre fragmentos de vasijas.

El nombre Balidwipa ha sido descubierto en varias inscripciones.

El imperio Majapahit hindú (1293-1520) sobre Java oriental fundó una colonia balinesa en 1343. El imperio Majapahit colapsó poco tiempo antes del 1500, antes de las embestidas de los musulmanes, causando un éxodo hacia Bali.

Los europeos descubrieron la isla cuando el explorador holandés Cornelis Houtman llegó en 1597, aunque una embarcación portuguesa había naufragado en la costa de Bukit hacia el 1585. Los holandeses establecieron una colonia comercial poco tiempo después y la Compañía Holandesa de las Indias Orientales comenzó a comerciar a partir del siglo XVII. El control holandés de la isla se reafirmó tras una serie de guerras coloniales (1846-1849). Estas guerras fueron tan feroces que los gobernantes holandeses luego ejercieron un control indulgente, protegiendo y mostrando gran respeto por la religión y cultura locales.

El turismo internacional comenzó en los años 1920. Después de la Primera Guerra Mundial, un sentido de nacionalismo indonesio comenzó a crecer, dando lugar a la declaración de la lengua nacional en 1928, como en bahasa de Indonesia. La Segunda Guerra Mundial trajo a los japoneses, que expulsó a los holandeses de Indonesia y ocupó desde 1942 hasta 1945.

Los japoneses fueron derrotados más tarde, y el holandés volvió a tratar de recuperar el control de Bali e Indonesia. Sin embargo, en 1945, Indonesia se declaró independiente por su primer presidente Sukarno. El Gobierno holandés cedió, y de Indonesia, fue oficialmente reconocido como un país independiente en 1949.

Bali se convirtió en parte de la República de Indonesia Oriental en 1948.

HINDUISMO EN BALI

A diferencia del resto de Indonesia donde la religión predominante es el Islam, más del 90% de los balineses son hinduistas, aunque practican una forma muy particular de hinduismo conocido como "hinduismo balinés" que mezcla la creencia en los dioses y doctrinas hindúes al lado de creencias animistas y culto a santos budistas.

QUIÉN ES BALI EN LA MITOLOGÍA HINDÚ

Bali es un gigante de la mitología hindú que, habiendo sido vencido por Vishnú, reconoció a éste como Dios Supremo.

Bali amenazó con destruir a los dioses e intentó proclamarse soberano del mundo.

Ante tal amenaza, Vishnú adoptó la forma de un brahma enano, llamado Vamana-Avatar, y le pidió al gigante todo el terreno que pudiera cubrir con tres de sus pasos, a lo cual Bali accedió.

Así, Vishnú cobrando repentinamente un tamaño colosal, cubrió la tierra con uno sólo de sus pasos, con el otro paso cubrió la distancia que hay entre la tierra y el cielo. Con el tercero y último de sus pasos iba a llegar a los veintiocho infiernos y fue en ese momento cuando Bali le reconoció como Dios supremo y le adoró.

Vishnú le dejó ser soberano de las regiones subterráneas infernales o "reino de las patatas".

En la mitología hindú, Bali representa el espíritu del mal arrojado al abismo por Vishnú y viene a la tierra una vez al año para ejercer su poder maléfico sobre los hombres.

Hasta el siglo XV, el Reino Hindu de Majapahit dominaba los territorios del Sudoeste asiático, llegando incluso a Madagascar. Mantenían relaciones comerciales con Camboya. El Reino Hindú era, en terminos económicos, muy próspero. El gran conocido Gajahmada era entonces Primer ministro del Reino.

El Hinduismo se extendió rápidamente hasta las tierras del Reino, incluyendo Bali.

Los Balinenses practican el Hinduismo continuando así con sus tradiciones y cultura. Es por esta razón que el Hinduismo balinense no es exactamente el mismo que el Hinduismo de la India a pesar que la religión viene de este país. En Bali se la llama La Agama Hindú Dharma (lo que significa literalmente, el Hinduismo de Dharma, ley universal que regía el orden de los seres y de las cosas) lo que significa en realidad, una mezcla del Hinduismo y del Budismo. Rudimentos de Mahayana Budismo (que especu-lativamente se desarrollaron en el Norte de la India) llegaron hasta Japón, China y Corea.

La vida cotidiana de los Balinenses se rige por cinco principios del Hinduismo balines: El rito humano de la relación con el humano, el de la relación humana con la naturaleza, el cual está basado en el principio del Panca Yadnya (Panca significa cinco y yadnya significa ritual sagrado). Los cinco ritos sagrados para Sang Hyang Widhi, Dios supremo, son:

1. El Ritual sagrado de Dewa Yadnya

La palabra Dewa significa luz santa como signo de la presencia de Dios, los balinenses llaman Yadnya al ritual sagrado.

El ritual de Dewa Yadnya es la veneración a los Dioses y Diosas. Se venera a los Dioses y Diosas porque se piensa que pueden influir en el mundo. Uno de los ritos de Dewa Yadnya es la celebración de Saraswati para conmemorar la revelación del conocimiento, la cual se celebra siempre, según el calendario balinense al que le llaman el Saniscara Umuris Uku Watugunung, todos los sabados. El Saraswati se representa por una guapa joven la cual lleva un rosario, un instrumento de música, el " Genitri " y el " Lontar " u hoja de palma llevando las enseñanzas.

2. El Ritual de Bhuta Yadnya

Bhuta significa elemento creado, mientras que Yadnya significa ritual sagrado. Bhuta va ligado a la expresión del poder destructor. Bhuta Kala representa la naturaleza y su poder de destrucción, Bhuta Yadnya representa la devoción y la ofrenda que se hacen a Bhuta Kala para conseguir una relación armoniosa con Bhuta Kala y beneficiar así de su poder, lo que quiere decir para el hombre y la mujer, es transformar su fuerza negativa en positiva. Una de las celebraciones, el " Tawur Kesanga " (el noveno " Tawur "), la víspera de la fiesta de Nyépi, se celebra el Año Nuevo balinense con un día de silencio. El ritual del " Tawur Kesanga " es un rito sagrado para el Bhuta armonioso, el cual ofrece su fuerza positiva al hombre y a la vida, y no su fuerza destructora.

3. El Rito de Manusa Yadnya

Manusa significa " hombre " mientras que Yadnya significa ritual. El rito de " Manusa Yadnya " es un ritual sagrado para proteger y educar al ser humano desde su gestación hasta su muerte.

Los rituales de Manusa Yadnya son :

a. El rito del nacimiento

Es la expresión de la felicidad y de gratitud de los padres conscientes de la grandísima carga de la que se les hace cargo. Esta felicidad se debe a:

- a la existencia de una descendencia que se hará cargo de sus deberes hacia sus antepasados
- a su gratitud hacia sus padres por su nacimiento.

b. El rito de Tutug Kambuhan, Tutug Sambutan y el rito de Memetik.

El rito de Tutug Kambuhan es un acto sagrado para purificar a los padres. La purificación del bebé se realizará en la cocina, alrededor del pozo y del templo familiar.

El rito de Tutug Sambutan se realizó al 105 día del nacimiento del bebé, mientras que Memetik es un rito sagrado por el alma y el cuerpo en vistas de purificar al bebé. El día del ritual se le da su nombre y se le ofrecen joyas, como pendientes, pulseras o collares. También existe el rito de hacer el agujero en las orejas y el del corte del pelo. Hasta el día de su primer cumpleaños, les dejan crecer el pelo por la parte alta del cráneo.

c. El rito del matrimonio

El rito del matrimonio conlleva tres significados :

- La del rito sagrado para bendecir a la esposa y a su marido con el fin de que tengan una descendencia capaz de adorar con devoción a su Dios y que les permita perpetuar el culto a los antepasados.
- La de ser testigos vivos y espirituales , con la condición de hombre y de mujer, y que al contraer matrimonio, puedan así compartir las mismas responsabilidades en su vida común.
- La de ser marido y mujer. Aunque los hindúes adoptan el sistema patriarcal, pueden también optar por el matriarcal. Se conoce por el nombre de Nyentana cuando la mujer sigue a la familia del marido. La mujer se convierte en jefa de familia.

4. El ritual de Pitra Yadnya (Ngaben, cremación)

"Pitra" significa espíritu de los muertos, "Yadnya" sagrado. El ritual de Pitra Yadnya es un rito sagrado que va destinado a la purificación y al respeto hacia los muertos. La Meralina (incineración) transforma el cuerpo humano devolviéndolo a sus elementos de origen, los cuales son, agua, fuego, tierra y aire. El fuego la forma de purificar. (siendo el fuego el vector de la incineración).

5. El ritual de Resi Yadnya

Resi significa, para el sacerdote de los Hindúes de Bali, hombre sagrado. Yadnya significa rito sagrado o ceremonia. El ritual sagrado o Rsi Yadnya es un rito que se realiza por respeto hacia el ser sagrado que ha ayudado durante la vida, a conseguir, la plenitud y la felicidad espiritual.

Los ritos de Panca Yadnya se practican en la vida de todos los días por los Hindúes Balinenses, y en todos sus aspectos, están basados en el Yadnya : Educación , economía, agricultura, seguridad e industria. Tienen como base los cinco principios, ya que los Balinenses buscan siempre en su vida la armonía y la paz.

Los Balineses son personas de una gran cultura artística, puesto que a cada yadnya o rito sagrado, le siguen espectáculos donde se entremezclan todo tipo de manifestaciones artísticas tales como bailes, música, exposiciones de pinturas o cantos, para divertir a los asistentes o a aquellos que participan a los ritos sagrados.

La cultura balinesa, muy apreciada en el mundo entero, está completamente ligada al Hinduismo que se practica en la isla de Bali. Se la conoce, a Bali como, La Isla de los Dioses, La Isla de los Mil Templos y La Isla Paradisiaca. Todos estos nombres reflejan la armonía y la paz que reinan en la Isla de Bali.

EL CLIMA

Bali está situada muy cerca del Ecuador, es por esta razón que consta de un clima tropical cálido durante todo el año y dividido en dos estaciones: una estación lluviosa y una estación seca.

El clima cambia seis meses. La estación seca (de junio a septiembre) se ve influenciada por las masas de aire del continente australiano, mientras que la estación lluviosa (diciembre a marzo) es consecuencia de las masas de aire de los océanos Asiático y Pacífico. El aire contiene vapor, el cual se precipita y produce lluvias. Las zonas tropicales del país tienen lluvias durante la mayor parte del año. Sin embargo, el clima de Maluku Central es una excepción.

Pese a que su temperatura es bastante estable, en los meses que van desde mayo a septiembre, y que coinciden con la estación seca, aquellas bajan un poco por la noche y en las primeras horas de la mañana, hasta el punto de que es necesario abrigarse un poco a estas horas.

Las zonas montañosas, como Bedugul o Kintamani, son bastante más frías, estando la media en unos 16 ó 18 grados centígrados.

La temperatura oscila en torno a los 30 grados centígrados, alcanzando su punto más alto al mediodía y refrescando considerablemente durante las horas nocturnas.

Debido al gran número de islas y montañas que hay, el promedio de temperaturas puede clasificarse de la siguiente manera :

Plataformas continentales : 28° C. Interior del país y zonas montaña: 26° C y Zona de alta montañas: 23° C, (varía según la altitud)

Como información adicional:

El Sol sale aproximadamente a las 6 de la mañana y se pone a las 6 de la tarde. Por lo que la jornada balinesa empieza bastante temprano, hay quien la empieza habitualmente a las 5 y media de la madrugada.

VISADO

Para entrar en Bali de turismo, se necesita Pasaporte en vigor, con fecha de caducidad no superior a 6 meses, y también necesita un Visado.

Datos embajada de Indonesia en España:

<http://www.embajadadeindonesia.es>

C/ Agastia 65. 28043 Madrid. Barrio de Ciudad Lineal. Tel: 914130294 Fax: 914138994

Email: info@embajadadeindonesia.es

En cuanto al visado en Indonesia se puede tramitar al llegar. Se puede hacer por 7 días o por 30 y se puede pagar en euros. El cambio lo devolverán en Rupias. No hace falta ninguna foto para tramitarlo en la llegada.

Las azafatas os pasaran los papeles que hay que entregar en "immigración", lo rellenas, y lo entregas en el mostrador de la Aduana, que es allí donde tb te ponen el sello y una pegatina que pone REPUBLIC OF INDONESIA, te dan un papelito, (el visado) y eso lo tienes que entregar a la salida junto con los 25\$ o las rupias pertinentes, cuando yo fui estaba el cambio a unos 10500 - 11700

- Impreso debidamente cumplimentado. Puede sacar en www.embajadadeindonesia.es (rellenar, imprimir y firmar).
- Pasaporte con un mínimo de validez de 6 meses a contar desde la llegada a Indonesia + 1 fotocopia.
- 2 fotos actuales tamaño carnet.
- Fotocopia de la tarjeta de residencia en España ó Certificado de Empadronamiento (para ciudadanos extranjeros). Y si la tarjeta está en trámite de renovación, debe presentar autorización de regreso a España.
- Fotocopia de billete e itinerario de los vuelos (ida y vuelta)
- Reserva de alojamiento, mínimo los 3 primeros noches ó carta de sponsor de alojamiento durante su estancia en Indonesia.

EMBAJADA DE ESPAÑA EN INDONESIA

Dirección: Jl. Haji Agus Salim, 61
10350

Población: Jakarta

Código Postal:

Teléfono: + 62 21 314 23 55
espanyak@pacifi.net.id

Fax: + 62 21 319 351 34/ 259 96

Email:

AEROPUERTO

Ngurah Rai es el aeropuerto internacional de Bali, está situado a 13 Km al sur de Denpasar, su capital. Es el tercer aeropuerto con más tráfico aéreo de Indonesia, tras el de Jakarta y el de Surabaya.

Desde el aeropuerto de Denpasar (DPS) se puede conectar con otras ciudades de Indonesia y con las más importantes de Asia y Australia.

Está compuesto por dos terminales: una para vuelos domésticos y otra para vuelos internacionales. En la terminal doméstica operan compañías aéreas como Air Asia, Garuda Indonesia, Pelita Air, Merpati Nusantara Airlines, Lion Air y Mandala Airlines, entre otras.

En la terminal internacional encontramos grandes compañías como Singapur Airlines, Thai Airways, Malaysia Airlines, Qatar Airways, Japan Airlines, Qantas, Garuda Indonesia, Transaero, Cathay Pacific, China Airlines, Air Asia, EVA Air o Valuair.

Hay muchos porteadores al lado de las cintas transportadoras, es mejor no prestarles atención, no es un servicio gratuito y en muchos casos puede salir uno estafado del aeropuerto.

Lo mejor es dirigirse directamente a la salida (que tampoco se encuentra muy lejos) y, a menos de que se tenga la certeza de que alguien nos recoge (un guía, la agencia con la que viajamos, etc), vayamos al mostrador de taxis que se encuentra fuera y paguemos la cantidad fija que se nos pide para salir del aeropuerto (de 40.000 a 50.000 rupias aproximadamente, unos 350 € para llevarnos al centro de Kuta o a Denpasar. Nos darán un ticket que se entrega al taxista y eso es todo.

Esta información es útil, ya que desde que recogemos las maletas hasta que salimos de allí resulta todo bastante caótico. Un montón de gente, conductores particulares, te aborda cogiéndote las maletas (o casi) y ofreciéndote llevarte a donde les digas por un módico precio, que al final no resulta tan módico como decían. Es más seguro ir con el taxi, que al fin y al cabo es un servicio que presta el mismo aeropuerto.

CONSEJO: Cuando llegéis al aeropuerto de Bali; al recoger las maletas de las cintas, vereis a muchos balineses uniformados con un traje gris que os querrán llevar las maletas, no les dejéis que luego os querrán sacar mucha pasta, a un compañero le ocurrió y no querían soltarles las maletas

SALIDA DE BALI

Tras haber facturado nuestro equipaje, nos dirigimos a nuestra sala de embarque, pero antes encontraremos unos mostradores donde se deben abonar las tasas de aeropuerto: 150.000 Rupias. Estas tasas son obligatorias para todos los pasajeros en vuelo internacional. Para vuelos nacionales se exigen otras tasas de una cuantía inferior, unas 20.000 Rupias.

OFICINA DE INMIGRACIÓN

En la esquina de Jl Panjaitan y Jl Raya Puputan, Renon (de lunes a jueves de 8:00 a 15:00, los viernes de 8:00 a 11:00 y los sábados de 8:00 a 14:00; Tel: 0361/227828; bemo Sanur - Tegal).

FARMACIAS

En los grandes almacenes Tiara Dewata, Matahari y Ramayana Mal Bali; dentro del supermercado Hero en Jl Teuku Umar y en Apotik Kimia Farma, Jl Diponegoro 125.

POLICIA

Hay comisarías de policía en Jl Patimura y Jl Diponegoro; la comisaría central de policía se encuentra en el extremo occidental de la ciudad, en Jl Gunung Sangiang (Tel: 0361/424346).

OFICINAS DE CORREOS

Poste restante de Denpasar (de lunes a viernes de 8:00 a 19:00, los sábados de 8:00 a 18:00; bemo Sanur - Tegal) se encuentra en la oficina central de correos de Jl Raya Puputan, en Renon. La oficina de correos de Jl Rambutan, cerca de la Plaza de Puputan, es más céntrica.

OFICINA DE TURISMO

Las oficinas de turismo se encuentran en:

- Plaza de Puputan, en el número 7 de Jl Surapati (de lunes a jueves de 7:30 a 15:30 y los viernes de 8:00 a 13:00; Tel: 0361/234569).
- Jalan S.Parmar Niti Mandala-Denpasar 80235. Tel.: (00 62) 361 222 387.

HORARIO DE OFICINA

Bancos de lunes a viernes de 8 de la mañana a 3 de la tarde.

Oficinas/Negocios de lunes a viernes de 8 ó 9 de la mañana a las 4 ó 5 de la tarde. Algunas oficinas están abiertas medio día los sábados. Oficinas de gobierno de lunes a jueves de 8 de la mañana a 3 de la tarde y los viernes de 8 a 11:30 de la mañana y los sábados de 8 de la mañana a 2 de la tarde.

ELECTRICIDAD

La mayoría de hoteles usan 220 V, aunque todavía quedan sitios a 110 V. Los enchufes siguen las mismas normas que en Europa. Conviene tener un transformador en función de la zona. Tenga precaución antes de usar un electrodoméstico. Algunos hoteles ofrecen adaptadores.

ZONA HORARIA

Indonesia se estira a lo largo de tres zonas horarias: Indonesia central (Bali, Kalimantan sur y oriental, Sulawesi, Nusa Tenggara) + 8 GMT.

ACCESO A INTERNET

En Hello Internet, en la planta superior de Ramayana Mal Bali, en Jl Diponegoro.

MONEDA

La rupia es la moneda de Bali, normalmente abreviada a Rp seguida por el valor. Valores menores a Rp 50 son raros excepto como cambio y suelen ser sustituidos por caramelos por los vendedores en vez de cambio. En Bali, tenga siempre muchas monedas o billetes de Rp 100 y no cambie grandes sumas de dinero.

CAMBIO DE MONEDA

1 EURO= 15278,1 RUPIAS INDONESIAS (18/02/2009) Consultar www.xe.com

Moneda extranjera y cheques de viajero se pueden cambiar fácilmente en bancos y en las bolsas de cambio. También puede obtener avances de efectivo de sus tarjetas de crédito.

Se puede cambiar en los bancos, que abren de 8.30 a 14.30. Lunes a viernes. También en los hoteles. Lo mejor es cambiar en las oficinas autorizadas

Sea cuidadoso de fraudes dirigidos por personas que afirman ser "autorizada intercambiadores de dinero" en Kuta, Bali. La tasa que ofrecen es superior a la media para asegurarse de que atraer suficientes clientes.

Las tarifas de cambio de moneda ofrecidas en las bolsas de cambio suelen ser mejores que en los bancos; también tienen horarios mejores y las transacciones son más rápidas. Fijese en las tarifas de cambio anunciadas afuera de las tiendas. Siempre pregunte sobre la existencia de comisión antes de cambiar pues algunas bolsas de cambio con tarifas mejores cobran comisión.

Cuando queráis cambiar dinero, fijaros muy bien, hay mucha competencia; en el aeropuerto vereis como os llamas todas las oficinas para que cambiéis con ellos. Cambiar dinero poco a poco, no mucha cantidad, ya que por poco dinero os daran una burrada de billetes. Practicamente no vereis ninguna moneda, ya que su dinero tiene poco valor. no hace falta que dejéis propinas porque en la cuenta ya os la cobran (un 15% de lo consumido).

Cuidado con el cambio. En todas la tiendas os ofrecen cambio muy superior al que os pueden dar en sitios oficiales. Cuidado con eso, son muuuuy trileros. Seguro, seguro que os timan. Os lo digo por experiencia propia. Es mejor que no os arrieguéis y vayais a un lugar de cambio oficial. Os daran el mismo cambio que en otras partes de Indonesia pero no habrá dinero escabullido por casualidad.

Por la calle no hay excesivos sitios de cambio. Procura contar tu el dinero y usar tu propia calculadora. Los hoteles aunque no tengan buen cambio son horrados asi que a veces es mejor cambiar mas bajo pero que no te

engañen. En general los sitios oficiales tienen en la pizarra unos números que indican el banco al que pertenece el cambio. Nunca te fíes de sitios en callejones, o fondos de tiendas de mala muerte. No te dejes impresionar por los mejores cambios esos son los que precisamente te engañan. Solo se trata de tener un poco más de cuidado. Piensa que 300 o 400 rupias de diferencia son 2 o 3 centimos de euro.

Llévate un buen monedero porque por 300 euros te dan más de 4 millones de rupias, te aconsejo que pidas billetes de 50.000 para abajo porque sino para que te los cojan en las tiendas tienes a veces problemas. Va bien llevar billetes de 10.000 rupias (menos de un euro) para dar alguna propina, las monedas no sirven prácticamente para nada nosotros se las dábamos a los niños por hacerles fotografías.

Mira que los billetes sean nuevos porque si están rotos, muy sucios o muy viejos no los quieren en muchas tiendas en las tiendas y en los restaurantes.

Los billetes que corren más son los de 50.000, 20.000 y 10.000 rupias también hay de 5.000 y de 1000 y hay monedas de 500 y creo que de 200 y de 100 pero como ya he dicho antes las monedas no valen para nada. Los billetes más grandes que vi fueron de 100.000 rupias pero como para ellos eso es mucho dinero sólo te los dan en las agencias de cambio.

Consejos básicos para no ser timados en Bali por los money changers:

- Ir a un cambio oficial, no a puestecillos en sitios escondidos
- Preguntar sobre la existencia de comisión antes de cambiar
- Exigir contar los billetes y no soltarlos antes de entregar los vuestros. Como veáis que comienzan a hacer montones de 20 rupias dos fenómenos detrás de un mostrador es timo seguro.
- Los billetes deberán de ser nuevos y no estar rotos.
- Cambiar poco a poco el dinero.
- Llevar un monedero bien grande
- Cambiar cantidades redondas (ej. 100 €).
- Usar vuestras calculadoras
- Contar el dinero antes de salir

CAMBIO EN KUTA

Probablemente, el lugar más seguro para el intercambio de dinero en Bali con buenas tasas de Pt. Dirgahayu Valuta Prima en la esquina de Jalan Pantai y Jalan Legian. Ellos están garantizados por el Banco de Indonesia. No hay necesidad de preocuparse de ser cambiado a corto, que cuentan el dinero delante de usted y también le dará un recibo.

Si te da tiempo a pasar por Kuta o por Legian o si bajas algún día, en Kuta al lado del Matahari hay un sitio bueno y en Jl. Legian (bastante arriba) hay otro. Jl. legian no 420 Pt. Artha Giri Kencana, Money Changer. Tfno 7434154.

Bali Maspintjintra AMC

Jl. Sriwijaya Ruko 2 Kuta de 5,30 de la mañana a 11 de la noche

MONEY CHANGERS IN KUTA-SANUR

- o Artha Yoga Utama & Co.
 - Inna Bali Beach Hotel, Sanur
 - Jl. Melasti, Legian, Kuta
 - Jl. Sari, Kuta
- o PT Warepsari Valas : Opposite the Sanur Paradise Plaza Hotel in Sanur
- o PT Indonesia Partha Sari Valuta Indoparita
Jalan Raya Kuta 82, Kuta, Bali, Indonesia

CAMBIO EN SEMINYAK

Bali Maspintjintra AMC

Jl. Seminyak 16A Seminyak de 7 de la mañana a 12 de la noche.

CAMBIO EN LEGIAN

PT. Artha Giri Kencana

Jl. Legian Tengah 420 Kuta Tfno: 752178

Bali Maspintjintra AMC

Jl. Legian Tngah 438B Legian de 7 de la mañana a 11,30 de la noche.

CAMBIO EN SANUR

Bali Maspintjintra AMC

Jl. Danau Tamblingan 18 Sanur de 7 de la mañana a 10 de la noche.

CAMBIO EN UBUD

Enfrente del Neka. Podras darles la dirección y los del hotel te llevan ahí tienen buen cambio para ser Ubud. Se llega muy fácilmente si se pregunta por el Neka Gallery (NO el Neka Museo eh!) o la oficina de correos de Ubud que está cerca, está justo como lo describe coincidente enfrente del Neka Gallery, es una oficina pequeña que se sube unas escaleras y está al lado de un warung local (restaurante local), de todas las formas en la calle Monkey Forrest también tenéis muchísimos sitios de cambio y tampoco la diferencia es tanta, eso depende de cuánto vayáis a cambiar. En Ubud hay un banco cerca del mercado con buen cambio (pregunta) pero muchas veces se queda sin billetes.

MONEY CHANGERS IN UBUD

Bank Central Asia (BCA)	Jl. Raya Ubud	975956
Bank Danamon	Jl. Raya Ubud	975946
Bank Duta	Jl. Raya Ubud	977971
Bank Negara Indonesia (BNI)	Jl. Monkey Forest 2	975986
Bank Buana Indonesia	Jl. Raya Ubud 33X	975047
Bank International Indonesia (BII)	Jl. Raya Ubud	976595

CAMBIO EN EL AEROPUERTO

Si vas directamente a Ubud mejor cambia en el aeropuerto, Ubud es uno de los sitios con el cambio más bajo. Puedes pagar restaurantes y hotel con tarjeta pero querrás hacer compras y beber algo así que mejor cambia en el aeropuerto.

CAMBIO EN BANCOS

Lo más aconsejable es cambiar el dinero en un banco, es más seguro y rentable. El mejor para hacerlo es el BCA (Bank Central Asia). Hay sucursales por toda Indonesia, así que no resultará difícil encontrar alguna.

BCA UBUD: Jl Raya Ubud 10, GIANYAR 80571

Phone : 0361-975956, 0361-975957, 0361-975958, 0361-975959, Fax : 0361-975956

BANCOS

La mayoría de bancos principales tienen oficinas en los centros turísticos y las capitales de provincia. El Horario bancario es en general de las 8 de la mañana a las 2 de la tarde de lunes a viernes y hasta las 11 de la mañana en sábados.

TARJETAS DE CRÉDITO

Visa, Mastercard, y American Express son aceptadas por la mayoría de grandes negocios y en los hoteles. Los adelantos en efectivo pueden ser obtenidos en los principales hoteles turísticos en Denpasar, Kuta, Sanur y Ubud.

CAJEROS AUTOMÁTICOS. ATMS.

Bali esta repleta de cajeros automáticos, especialmente en centros comerciales y en los bancos. La mayoría están conectados a redes bancarias internacionales, y es posible encontrar cajeros afiliados con su red bancaria. En ellos puede también cambiar moneda.

No	City	ATM Name	ATM Location
1	Denpasar	Teuku Umar	Teuku Umar No.147 C
2		Ramayana	Ramayana Dept. Store Jl. Diponegoro 103 Denpasar 80114
3		Tiara Dewata	Jl. Mayjen Soetoyo Denpasar Bali Supermarket Tiara Dewata
4		Gunung Agung	Jl. Gunung Agung No.39 D Bali
5		Gatot Subroto	Jl. Gatot Subroto No.123 X
6		Bandara Ngurah Rai	Terminal Kedatangan Bandara Ngurah Rai No.IT2/B77/ING
7		Dewi Sartika	Jl. Dewi Sartika No. 88
8		Dewi Sartika 2	Jl. Dewi Sartika No. 88
9	Kuta	Matahari Kuta Square	Matahari Dept.Store Kuta Square Lt.1 Kuta
10		Kuta Centre	Jl. Kartika Plaza Komp. Kuta Centre Blok A7 Kuta Bali
11		Kuta Indah Permai	Jl. Bypass Ngurah Rai Komp. Pertokoan Kuta Indah Permai Blok C/6
12		Pura Bagus	Jl. Pura Bagus Taruna Dekat Jayakarta Hotel Kuta Bali
13		Kuta	Komp. Pertokoan Kuta Mall, Jl. Legian No. 118, Bangunan 35
14		Popies Lane	Jl. Popies Lane II (Palem Garden) Kuta Bali
15	Sanur	Sanur Paradise Plaza Hotel	Jl. Hang Tuah - Sanur
16	Ubud	Ubud	Menara Ubud (Jl. Raya Ubud)

PROPINAS

Los principales hoteles y restaurantes suelen agregar el 21% en servicio e impuesto a las cuentas. Cuando aún no está incluido, una propina de 5% a 10% de la cuenta sería apropiado si el servicio ha sido satisfactorio. Maleteros en aeropuertos esperan Rp. 1,000 para una pequeña maleta y Rp. 2,000 por maletas que pesan más de 20 kilos. Dar propina a los taxistas y los conductores de autos rentados no es obligatorio; sin embargo si la calidad del servicio fue satisfactoria, una propina básica del 5% es suficiente para un taxista y los conductores de autos rentados esperan una propina un poco mayor.

En cuanto a las propinas, es una cosa muy personal pero nosotros las dábamos porque 10.000 rupias (no llega a un euro) para nosotros no era gran cosa pero para ellos es mucho dinero.

En Bali una persona que trabaja por día o le pagan por día puede ganar entre 30.000 y 50.000 rupias (entre 2 y 3 euros diarios) así que para que te hagas una idea si quieres dejar una propina, pero 20.000 rupias para una persona que te ayude con las maletas ya está bien, a un chofer quizás 50.000 rupias y a un guía pues eso ya depende pero yo creo que 50.000 rupias de propina está muy bien.

EL IDIOMA

El idioma oficial es Bahasa Indonesia. Bahasa significa idioma. En las ciudades principales y en los hoteles se entiende Inglés. Un poco de vocabulario en Indonés lo ayudarán a comunicarse. En las regiones de afuera como Nusa Tenggara, no se habla Inglés. En los destinos turísticos principales, muchos balineses hablan Alemán, Francés, Italiano, Español y Japonés.

Te vas a sorprender de la cantidad de gente que sabe español. Pero si sabes un poco de inglés no tendrás problema, piensa que su inglés, al no ser su lengua natal, es igual o peor que la de cualquiera de aquí con un inglés bastante básico.

El balines escrito es muy difícil y es tipo sánscrito, poca gente sabe escribir balines.

Estas son una pocas palabras fáciles en balines

- Mule, en indonesio es pulang, irse a casa, si alguien te pregunta a donde vas, le puedes decir Mule!!!!!!!!!! seguro que les haría mucha gracia
- Mai, ven aquí
- Lelah, capet (chape), en indonesio significa cansada
- Kobus, calor, mucho calor
- Sin Ken Ken, hehehe esta es posiblemente una de las palabras mas divertidas, sin ken ken, resume perfectamente casi la filosofía de los balineses, significa exactamente no pasa nada!!!!!!!!!! aquí nunca pasa nada!!!!!!!!!!
- Kiyo, a donde vas?
- Liegek, bonita, preciosa (decírselo a alguna niña que seguro que les encantará!)
- Matursusemo, muchas gracias
- Om suastiastu (es un saludo muy respetuoso entre personas balinesas)
- Ken Ken kabare? como estas?
- Bedik, un poco

- Ge ge ge.....si si si
- sen, no
- Como estas= apa kabar?
- Besos= cium
- Gracias= terimakasih
- selamat pagi, selamat siang, selamat sore, selamat malam= buenos dias, buenas tardes, buenas noches.....
- Hola = no existe como tal, hello puede servir
- bien= baik, bagus
- caro=mahal (pronunciado majal)
- no pasa nada= tidak apa apa
- Relax= SANTAI
- Por favor= tolong
- que tengas buen viaje= Selamat jalan
- un abrazo= Peluk
- lo siento= Maaf yap

DICCIONARIO ESPAÑOL-INDONESIO

Español

Saludos

Buenas Dias
 Buenas tardes
 Buenas noches
 Bienvenido
 Adios

Cortesía

Como esta usted
 Bien
 Bueno
 Lo siento
 Vamos
 Ayudarme
 Gracias

Introducción

Come se llama usted?
 Estoy...../ me llamo.....
 Vengo de
 De donde viene?

Indonesio

Salam

Selamat Pagi
 Selamat Siang
 Selamat malam
 Selamat datang
 Sampai nanti

Salam

Apa kabar
 baik
 bagus
 Ma'af
 Ayo
 Bantu saya
 Trimakasih

Perkenalan

Siapa nama anda?
 Nama saya
 Datang dari.....
 Anda datang dari mana?

Numeros

Uno
Dos
Tres
Cuatro
Cinco
Seis
Siete
Ocho
Nueve
Diez
Once
Doce
Trece
Catorce
Quince
Dieciseis
Diecisiete
Dieciocho
Diecinueve
Veinte
Veintiuno
Treinta
Cuarenta
Cincuenta y ocho
Cientos
Dosecientos sesenta y tres
Mil
Diez mil
Cincuenta mil
Cientos mil

Nomer

Satu
Dua
Tiga
Empat
Lima
Enam
Tujuh
Delapan
Sembilan
Sepuluh
Sebelas
Duabelas
Tigabelas
Empatbelas
Limabelas
Enambelas
Tujuhbelas
Delapanbelas
Sembilanbelas
Duapuluh
Duapuluh-satu
Tigapuluh
Empat puluh
Lima puluh delapan
Seratus
Dua ratus enam puluh tiga
Seribu
Sepuluh Ribu
Lima puluh ribu
Seratus ribu

Dias de la semana

Domingo
Lunes
Martes
Miercoles
Jueves
Viernes
Sabado

Hari dalam seminggu

Minggu
Senin
Selasa
Rabu
Kamis
Jum'at
Sabtu

Palabra útiles

Día
Noche
Hoy
Mañana
Midiódia
Tarde
Ahora
Pronto
Siempre
Antes
Cuándo?
Mañana
Ayer
Minuto
Hora
Semana
Mes
Año
Sí
No
Verda
Mucho
Y
Aquí
Allí
Esto
Eso
Más
Menos
Barato
Caro
Todavía no
Esta listo
Precio
Bebida
Comida
A beber
A comer
Comprar
Abierto

Kata-kata Penting

Hari
Malam
hari ini
Pagi
Siang
Sore
Sekarang
Sekarang
Selalu
Sebelum
Kapan?
Besok
Kemarin
Menit
Jam
Minggu
Bulan
Tahun
Ya / iya
Tidak
Betul
Banyak
Dan
Sini
Situ
Ini
Itu
Lebih
Kurang
Murah
Mahal
Belum
Siapa
Harga
Minuman
Makanan
Minum
Makan
Belanja
Buka

Cerrado	Tutup
Entrada	Masuk
Salida	Keluar
No fumar	Dilarang Merokok
Empujar	Dorong
Tirar	Tarik
Informacion	Informasi
Publico	Umum
Hospital	Rumah Sakit
Farmacia	Apotik
Billete	Karcis
Mercado	Pasar
Nombre	Nama
Direccion	Alamat
Masculino / Femenino	Laki / Perempuan
Edad	Umur
Fecha	Tanggal
Salida	Keberangkatan
Estado civil	Bujang / Kawin
Religion	Agama
Nacionalidad	Kebangsaan
Profesion	Pekerjaan
Trabajo	Kerjaan

Adjetivo utiles

Grande
Pequeno
Joven
Viejo / vieja
Nuevo
Bello
Bueno
No bueno
Caliente
Frio
Delicioso
Limpio
Sucio
Rojo
Blanco
Azul
Negro

Kata-kata adjective

Besar
Kecil
Muda
Tua / lama
Baru
Cantik
Bagus
Jelek
Panas
Dingin
Lesat, Enak
Bersih
Kotor
Merah
Putih
Biru
Hitam

Verde
Amarilla
Oro / Dorado
Plata / Plateado

Hijau
Kuning
Emas
Perak

Comida

Restaurante
Comedor
Desayuno
Comida
Cena
Agua hervida
Hielo
Cerveza
Zummo de naranja
Leche
Pan
Mantequilla
Arroz
Fideos
Sopa
Pilo
Carne de Vaca
Carne de Ciendo
Cordero
Pescado
Verduras
Azucar
Sal
Pimienta
Dulce
Agrio
Caliente
Hervido
Frito
Salsa
Taza
Plato
vaso
Cuchara
Cuchillo
Tenedor

Makanan

Rumah makan
Ruang makan
Sarapan
Makan Siang
Makan malam
Air panas
Air es
Bir
Air Jeruk segar
Susu
Roti
Mentega
Nasi / beras
mie
Soto
Ayam
Daging Sapi
Daging babi
Domba
Ikan
Sayur-mayur
Gula
Garam
Merica / lada
Manis
Asam
Pedas
Rebus
Goreng
Kuah, Saus
Cangkir
Piring
Glass
Sendok
Pisau
Garpu

<u>Comprar</u>	<u>Belanja</u>
Tienda	Toko
Dinero	Uang
Cambio	Kembalian, Tukar
Comprar	Membeli
Precio	Harga
Caro	Mahal
Barato	murah
Precio fijo	Harga pas
Cuanto vale esto?	Berapa harganya?
Es muy caro	Itu terlalu mahal
Tiene uno mas barato?	Adakah yang lebih murah?
Puede rebajarme el precio?	Bisa anda kurangkan harganya?
Que es esto?	Apa itu?
Me lo llevare	Saya akan ambil ini
No lo quiero	Tidak, saya tidak mau
Volvere mas tarde	Saya akan kembali nanti
Gracias	Trimakasih

NÚMEROS DE TELÉFONO ÚTILES

El código telefónico de Indonesia es el 62, y el de Bali el 0361 (se utiliza sin el cero inicial). Dos indicativos internacionales (001 y 008) permiten llamar al extranjero desde Indonesia.

Para llamar a Bali desde España: es necesario marcar el 00, 62, 361 y el número del destinatario.

Para llamar a España desde Bali: es necesario marcar el 001 (o 008), seguido del 34 (indicativo español) y el número del destinatario.

Llamar desde locutorios es mucho mas barato. Se llaman Wartel.

Desde los wartel las llamadas cuestan entre 9000 y 14000 rupias el minuto, depende de donde llames. Es decir entre 80 centimos y 1 € el minuto.

Si compras una sim, suele haber promociones, yo ahora mismo con mi Sim de la compañía Mentari-Indosat llamo a España por 2000 rupias que son unos 10 centimos de € al minuto. Pero lo mas que uso para llamar a España, es Skype, que cuesta 0.017 € el minuto.

Números de emergencia

- Ambulancia: 118
- Bomberos: 113
- Policía: 110
- Búsqueda y rescate: 51111
- Cruz Roja: 26465

SALUD

Es aconsejable cuando se viaja a un país extranjero averiguar en su hospital local sobre el tipo de vacunas o medicamentos puede necesitar para su viaje. Esto es más importante cuando se viaja a destinos tropicales. Si existe un hospital de enfermedades tropicales cerca, comuníquese con ellos antes de ir a Indonesia.

Es recomendable que los viajeros lleven medicamentos contra las molestias estomacales y un tubo de crema antihistamínica o antimosquitos para librarse de las picaduras y aspirina. Si estás tomando alguna medicación deberás llevar cantidad suficiente de ella, junto con la receta médica. Hay que tener en cuenta que las farmacias no están tan bien surtidas como en Europa.

Tenga en cuenta que su cuerpo no está acostumbrado a este tipo de comida, especias y demás. Puede tener ligeras molestias comiendo en la calle o bien, comiendo en restaurantes de lujo. La mejor manera de evitar el malestar estomacal es tomar un suplemento diario de acidófilos (yogurt) y agregue jengibre fresco a su comida o a su te. También beba sólo agua embotellada.

No se necesita vacuna para entrar en Bali. En principio la isla no es un destino arriesgado desde el punto de vista sanitario, aunque se recomienda estar vacunado contra el tétanos, el tifus y la hepatitis A y B. Consulte con su centro de Vacunación Internacional más cercano.

MOSQUITOS

Es sobre todo en la estación lluviosa cuando existe una gran proliferación de mosquitos en la isla. Sin embargo, siempre es conveniente protegerse contra los ataques de estos insectos.

En primer lugar, por lo molesto que resulta y en segundo lugar, por las enfermedades que pudieran transmitir: paludismo o dengue, entre otras.

Para ello, en Bali venden unas lociones en los mismos supermercados que se aplican como una leche hidratante por todo el cuerpo y te mantienen libre de sus picaduras por unas horas. No son caras, se pueden conseguir por unas 5000 ó 6000 rupias (menos de 1 €), las venden en envases de unos 150 ó 200 ml.

De todos modos, quizás sea mejor ir prevenidos desde el lugar de origen con algún producto o parche de los que se venden ahora en las farmacias, los cuales impiden que se acerquen.

Como consejo:

Hay que tener especial cuidado en las zonas más húmedas y boscosas, suele haber menos mosquitos en las áreas urbanas que en las rurales.

A partir de las 6 de la tarde no se debe bajar la guardia, es la hora en la que empiezan a salir a buscar a sus víctimas.

Las puestas de sol son muy románticas, especialmente en Bali, pero si eres de esas personas que suelen ser el blanco favorito de estos insectos, no te aconsejo que vayas a contemplar ninguna sin la debida protección, sobre todo en el norte.

La playa es uno de sus lugares preferidos y, más, aquellas en las que hay mayor vegetación (en realidad, todas).

Yo, personalmente, he sufrido en Bali ataques de mosquitos (que más parecían avionetas) que me han producido dos infecciones serias, las cuales tuvieron que ser tratadas con antibióticos.

La solución a esto, como se ha mencionado más arriba, es la prevención con productos insecticidas adecuados y la prudencia.

SOL

Con respecto al sol hay que extremar las precauciones, incluso en días nublados en los que aparentemente no nos quemaríamos.

Es muy conveniente ir a Bali provistos de una buena crema solar de factor de protección alto o, a ser posible, de pantalla total. Debemos de renovar la aplicación cada 2 ó 3 horas, en especial en las horas en las que la exposición es mayor y, por tanto, el riesgo de sufrir quemaduras.

SERVICIOS MEDICOS

- AEA International/International SOS (Clínica y centro de emergencia)
Email: sosbali@internationalsos.com. Jalan By Pass Ngurah Rai 505X, Kuta 80361.
Tel. 62-361-710505, Fax. 62-361-764530
- Clínica Tel: 720 100, 710 544
- Ubud Clinic: Jl Raya Ubud No. 36 Campuhan. Tel : 62-361-974911
- Número de emergencia de 24 horas: 710505
- Clínica Kuta: Jl. Raya Kuta No.100X, Kuta. Telp. 62-361-771324//753 268
- Pediatrician - Dr. N. Sugita Tuban, Kuta, Tel. 751 301
- Rumah Sakit Umum Sanglah (Hospital): Jl. Diponegoro, Denpasar. Tel: 227911
- Rumah Sakit Dharma Husada (Hospital): Jl. Panglima Sudirman No.50, Denpasar. Tel: 227560
- Sanglah Public Hospital. Sanglah, Denpasar, Tel. 227 911
- Kasih Ibu Hospital. Jl. Teuku Umar 120, Denpasar, Tel. 223 036, 237 016
- G.P. - Dr. Coney. Jl. By Pass Ngurah Rai, Sanur, Tel. 288 128
- Bali Hyatt Hotel, Sanur, Tel. 288 271
- Clínica Nusa Dua: Jl. Pramata No. 81A, Nusa Dua. Tel: 771324
- Nusa Dua Medical Service. Grand Hyatt Hotel, Nusa Dua, Tel. 772 392, 771 118
- Dental Clinics :
 - Dr Indra Guizot, Jl. Patimura 19, Denpasar, Tel: 62-361-222445, 62-361-234375
iguizot@indosat.net.id
 - DDS. Ritje Rihartinah, Jl Pratama No. 81, Nusa Dua Tel : 62-361-771324
drgritje@indosat.net.id

HOSPITALES

- Rumah Sakit Umum Sanglah (Public Hospital), Jl. Diponegoro, Sanglah, Denpasar, Tel: 62-361-227911, 62-361-227912, 62-361-227913.
- Rumah Sakit Wongaya (Public Hospital; Psychiatric Unit), Jl. Kartini, Denpasar, Tel: 62-361-222142
- Sakit Dharma Husada, (Private) Jl. Sudirman No 50, Denpasar, Tel: 62-361-227560, 62-361-234824
- Rumah Sakit Kasih Ibu (Private Hospital with special maternity unit), Jl. Teuku Umar No 120, Tel: 62-361-223036, 62-361-237016
- Surya Husadha Hospital (Private) www.suryahusadha.com . Jalan Pulau Serangan 7 Denpasar - Bali, Tel: 62-361-233787, Fax: 62-361-231177 info@suryahusadha.com
- Rumah Sakit Prima Medika (Private Hospital)
Jl. Pulau Serangan, Denpasar, Tel: 62-361-236225 Fax: 62-361-236203 rspm@indosat.net.id

PRECAUCIONES Y TIMOS

Por supuesto, me refiero a timos menores, como cobrarte la entrada a una visita en plena carretera, luego en la puerta A y luego en la puerta B, cuando en realidad el templo es gratuito, o intentar cobrarte una excursión al triple del precio "estandar", etc etc... Efectivamente, con decir "no" basta, pero tener que decir "no" continuamente no es mi idea de viaje ideal. Mangantes sólo nos encontramos con uno, un chavalín al que pillé con la mano dentro de mi bolsillo. Igual fue todo un malentendido).

Aunque Bali es pequeño, no en todos los sitios la gente es igual. En Kintamani son especialmente pesados. En el templo madre te quieren cobrar por todo y no son nada agradables, parece que te hacen un favor. Muchos guías no te quieren llevar. Pero en general es un pueblo muy amable, simpático y generoso. A veces se cobra en sitios que no entiendes porque. Los pueblos de algunas zonas especialmente cuidadas o bonitas tienen permiso para cobrar como si fuera un parque natural. Aunque de esas solo he pasado por dos. Cada pueblo en comunidad decide que cosas hacer, arreglos, aceras, limpieza etc... y el mantenimiento de los templos se saca de cobrarte la entrada, los sarong para ponerte (yo siempre llevo el mio), el aparcamiento, etc. no hay un presupuesto del gobierno o del ayuntamiento ya que al no haber impuestos tampoco hay un dinero para eso.

El problema de Kuta es por una parte que atraídos por el turismo han venido muchos javaneses a hacer negocio "sucio" con los lugares de cambio ilegal. Juegan con nuestra gran avaricia ya que picamos al ver que dan el cambio mas alto. Esa gente también mueve el menudeo de droga y la mendicidad, traen a las mujeres y los niños desde pueblos lejanos. Muchas veces se les devuelve a su pueblo pero vuelven a traerlos. El tema de la mendicidad empezó a surgir después de los atentados.

Los javaneses son los que abordan a los turistas en el meollo principal de Kuta alrededor del Matahari Centre, el Discovery y alrededores. En cuanto subes JL. Legian un poco la cosa se tranquiliza y si ya subes por la zona de Legian- Seminyak todo cambia (excepto las motos). Nosotros no los distinguimos físicamente porque no estamos acostumbrados y todos nos parecen iguales pero ellos si saben quien es quien. Muchas veces te dicen "soy balines" como garantía de ser una buena persona.

La fauna local no es peligrosa, aunque debe tener cuidado con las serpientes, no olviden que estamos en una zona tropical.

PRECAUCIONES CON LOS MONOS

No lleves nada de comida encima, ni siquiera en el fondo de la mochila cuando vayas a ver los monos. Y en Uluwatu procura no llevar pendientes, gafas, pinzas o cualquier cosa que te puedan arrancar los monos.

De momento solo decirte que el tema de los monos, esta en los dos sitios, tanto Ubud como Uluwatu tienen monos, aunque lo de Ubud es un parque propiamente dicho, es decir, es el parque de los monos (Monkey Forrest) y en Uluwatu los monos estan por el templo o por el acantilado y la gente no va allí exclusivamente a ver los monos sino el templo y las vistas, que son magnificas.

RECOMENDACIONES PARA SU SEGURIDAD

- La gente balinesa es de naturaleza tranquila y pacífica. Pese a ello, la influencia del turismo ha desencadenado la aparición de pequeños hurtos. Es preferible cerrar el equipaje con llave. En las multitudes o en los transportes públicos se debe tener cuidado con los carteristas.
- Beba agua embotellada.
- No beba agua del grifo, ni siquiera en los hoteles lujosos.
- Cuidado con las zonas en las que se baña, las corrientes pueden ser muy fuertes y peligrosas
- Ofrezca su mano al saludar. Esto es común para hombres y mujeres. Una sonrisa siempre ayuda.
- No use su mano izquierda para dar o recibir; esto es de mala educación. Tenga en cuenta que la mano izquierda es la que se usa para ir al baño
- No señale a nada usando el pie pues esto también es de muy mala educación.
- Tenga en cuenta que el regateo es una costumbre en las relaciones comerciales.
- No se olvide de llevar consigo su pasaporte o una fotocopia de su identificación a todas horas.
- No toque la cabeza de nadie - esto es muy ofensivo en Indonesia. Tocar la cabeza a un niño está muy mal visto.

CURIOSIDADES, IDEAS Y CONSEJOS

RITUALES

La vida de un balinés está regida por un sin número de rituales, incluso desde que son fetos. Las embarazadas purifican sus bebés en aguas sagradas. Tras el parto, los recién nacidos son entronizados en el altar de los abuelos y sólo cuando han cumplido un año de edad (el calendario balinés tiene 210 días) ya pueden pisar el suelo.

EL PASO A ADULTOS

El paso a la madurez se simboliza con el acto de limar los dientes para que sean rectos, los torcidos atraen los malos espíritus. Las bodas son una gran celebración, pero últimamente, para ahorrarse el ágape, el novio secuestra a la novia y cuando vuelven ya están casados.

CUATRO NOMBRES

Los balineses se llaman igual: Wayan, el primero, Made, el segundo, Nyoman, el tercero y el cuarto Ketut. ¿Y el quinto? Otra vez Wayan. Si es primogénito, puede optarse por Gede, si es niña, Putu.

VOCABULARIO

Tú, viajero, eres su tamu (invitado). Día es hari y ojo mata; por tanto, mata hari es ojo del día, sol. Una palabra muy recurrente, sobre todo cuanto te persigan los vendedores por la calle, es tira tira: un "no" a tiempo es fundamental.

LO QUE DEBES HACER

Ponte crema de protección, bebe agua embotellada y come fruta. Los delitos son raros pero vigila tus pertenencias. Reconfirma tu vuelo de vuelta.

...Y LO QUE NO

Jamás toques el claxon en una procesión.

Las corrientes del mar son fuertes, no nades lejos de la playa.

No toques la cabeza a nadie; es un insulto.

Si tienes la menstruación, niégalo, de otro modo te prohibirán entrar en los templos.

No pongas sal a las comidas y no te preocupes por el hielo, pasa un control.

La venta y el consumo de drogas en Indonesia está castigado con duras penas, incluso la muerte.

COMO MOVERSE

Te van a machacar en ese aspecto, verás a 3-4 tíos con camisas de flores y, por lo general, furgonetas blancas. Se te acercarán y te dirán "transport, transport" bien, te puedes fiar.

El precio suele ser: 40€ max por día, eso incluye: furgoneta, chofer, guía que habla español y entradas a los templos. Si teneis suerte como nosotros que conocimos a unos chicos, mientras se quepa en la furgoneta, el precio seguirá siendo el mismo, es decir esos 40€ a dividir entre 4 6 u 8 personas (y te hablo de excursiones de todo el día)

TAXIS Y TRANSPORTS

Los taxis no se regatean, tienen taxímetros. Coger siempre los taxis azules, se llaman Bluebird, van con taxímetro y la prueba del algodón no engaña. También los hay particulares, estarán a la salida de restaurantes y tendréis que regatear aunque la diferencia puede ser de 0.50 o 1 euros

A no ser que quieras hacer las excursiones en taxi aunque no es lo ideal sino coger un transport de la calle (una persona que te ofrece transporte) lo normal es que preguntes cuanto por lo que quieras hacer, excursión de día completo, medio día, transporte de un punto a otro... Si te dicen un precio, pues tu la mitad. Te dirán que si estás loco y a partir de ahí el va bajando y tu vas subiendo hasta que llegais a un acuerdo.

Precio de trayectos largos:

- Ubud-Sanur 100.000 rupias
- Kuta-Ubud 200.000 rupias
- Desde nuestra villa a Kuta 20-30 minutos 50-60.000 rupias, unos 4 euros
- Desde Aeropuerto a Ubud 200.000 rupias.

Pero al final si no es para cosas concretas siempre os vendria mejor alquilar un coche con chofer para todo el dia e ir donde queráis. Tu piensa que te van a dar un precio exagerado por si picas.

No te de verguenza decir la mitad o menos. Te dirá que estas loco o "BANCARUT", pero con buen rollo. Ofecete un cigarrito, dile que te diga el, bajara muy poco a poco, seguro que su subes mas rapido que el baja. Es como un juego. Llegará un momento que el no baje mas o muy poco. Entonces es el momento de decirle que bueno que te vas a hablar con otro. Normalmente mi marido regatea y si se llega a ese punto soy yo la que dice "Angel vamos" y empiezo a andar. En ese momento si el precio está ajustado te dirá "OK Boss" y si no te lo dice es que te has pasado dos pueblos.

Como todo por aqui, teneis que regatear, y los precios de choferes normalmente pueden girar entre 200.000 rupias (15 € por medio dia y 350.000 rupias-400.000 Rp (25 o 30 € por dia entero, depende tambien a donde vayais pero estos suelen ser los precios standard para un chofer que no habla español, imagino que para los choferes que hablan español sera mas caro. Claro que como todo depende de la suerte y de vuestra capacidad de regatear y conseguir un buen precio, pero no es nada dificil.

BEMOS

Si llegas a Denpasar en bemo o autobús público desde otra parte de la isla, te dejarán en una de las cuatro principales terminales de autobús y bemos, en las afueras, desde donde los bemos que atraviesan la ciudad llegan con rapidez hasta el centro y hacia otras estaciones de bemos, si necesitas realizar transbordos.

- Desde la estación de bemos de Tegal se presta servicio a los destinos al sur de Denpasar, incluidos Kuta, el aeropuerto de Ngurah Rai y Sanur.
- La estación de bemos de Kereneng presta servicio hasta Sanur.
- Desde la estación de Batubulan salen y llegan bemos hacia y desde Ubud, Padang Bai y Candi Dasa, además de autobuses a Klungkung (también conocido como Semarapura), Kintamani y Singaraja.
- Los bemos de Ubung van hacia el norte y el oeste de la isla, incluidas Medewi, Gilimanuk, Bedugul y Singaraja.
- Los autobuses a Java también usan Ubung.
- No hay autobuses de enlace que lleguen a Denpasar.

El sistema de transporte urbano de Denpasar se basa en la flota de bemos públicos codificados por colores que circulan entre las terminales de bemos de la ciudad. Los precios son fijos, aunque en ocasiones se obliga a los turistas a pagar más; por lo general, 2.000 Rp por un trayecto por la ciudad.

RUTAS EN BEMOS POR DENPASAR

A menos que se indique lo contrario, todas las rutas son idénticas en sentido contrario.

- Amarilla Kereneng - Jl Plawa - Jl Supratman - Jl Giangar - esquina de Jl Waribang (para la danza de barong) - Kesiman - Tohpati - Batubulan.
- Gris-azul Ubung - Jl Cokroaminoto - Jl Gatot Subroto - Jl Giangar - esquina de Jl Waribang (para la danza de barong) - Tohpati - Batubulan.
- Verde oscura Kereneng - Jl Hayam Wuruk - esquina de Nusa Indah (para Taman Budaya) - Rotonda de Sanur (para los consultados de Renon) - Jl Raya Sanur - Sanur.
- Turquesa Kereneng - Jl Surapati (para la oficina de turismo y el Museo de Bali) - Jl Veteran (bajarse en la esquina de Jl Abimanyu y dar un paseo hasta el losmen Jl Nakula) - Jl Cokroaminoto - Ubung.
- Amarilla o turquesa Tegal - Jl Gn Merapi- Jl Setiabudi - Ubung - Jl Cokroaminoto - Jl Subroto - Jl Yani - Jl Nakula (para hoteles económicos) - Jl Veteran - Jl Patimura - Jl Melati - Kereneng - Jl Hayam Wuruk - Jl Surapati - Jl Kapten Agung - Jl Sudirman - Centro comercial Tiara Dewata - Jl Yos Sudarso - Jl Diponegoro (para Ramayana Mal Bali) - Jl Hasanudin - Jl Bukit Tunggal - Tegal. Beis Kereneng - Jl Raya Puputan (para la oficina central de correos) - Jl Dewi Sartika (para los grandes almacenes Matahari y Robinson) - Jl Teuku Umar - Supermercado Hero - intersección con Jl Imam Bonjol (bajarse para cambiar a los bemos de Kuta) - Tegal.
Debido al sistema unidireccional, el viaje de vuelta de la ruta Tegal-Kereneng transeurre a lo largo de Jl Cok Agung Tresna en lugar de Jl Raya Puputan.

- Azul oscura Tegal - Jl Imam Bonjol - Jl Teuku Umar - Supermercado Hero - intersección con Jl Diponegoro (bajarse para los grandes almacenes Matahari y Robinson) - Jl Yos Sudarso (bajarse para Ramayana Mal Bali) - Jl Sudirman - Jl Cok Agung Tresna - intersección con Jl Panjaitan (bajarse y andar unos 500 m hasta la oficina de inmigración y la oficina central de correos) - Jl Hajar Dewantara - Jl Moh Yamin - Rotonda de Sanur - Sanur.

La ruta de vuelta Sanur-Tegal transeurre a lo largo de Jalan Raya Puputan después de la rotonda, pasa por las puertas de entrada de la oficina de inmigración y la oficina central de correos, después sigue por Jalan Teuku Umar, y pasa el supermercado Hero hasta la intersección con Jalan Imam Bonjol (donde debes bajarte para montar en los bemos que enlazan con Kuta), antes de dirigirse al norte por Jalan Imam Bonjol hasta Tegal.

FORMA DE VESTIR

Es recomendable usar materiales ligeros dado el clima cálido y húmedo. Lo más sencillo es seguir las costumbres locales vistiendo una camisa batik de manga larga. Se recomienda traer un suéter cuando se vigja a zonas montañosas. Los pantalones cortos y ropa de playa no son apropiados excepto en lugares de deporte y en la playa. Para caminar en la calle, visitar templos, y otros lugares sagrados, recuerde llevar llevar ropa que no incomode como pantalones largos y un batik.

Por lo tanto, se debe evitar herir las sensibilidades locales, sobre todo en lo que respecta al pudor en el ámbito vestimentario, pasearse semidesnudo no está bien visto. Es recomendable llevar siempre un pareo en el bolso ya que sin el no puedes entrar en los templos.

TEMPLOS

En Bali existen muchos templos espectaculares, cada uno de carácter único. Trate de visitar cuantos templos pueda - no se arrepentirá. Y recuerde, siempre demuestre respeto y vístase modestamente al entrar a los templos.

TEMPLOS FAMILIARES

El término templo familiar no se refiere a los pequeños o grandes templos que cada balinés puede tener en su casa o a los denominados templos comunitarios, aunque varias familias, de hecho, pertenezcan a él. Se refiere al "sanggah", un templo de unas dimensiones más o menos considerables, pero menor que cualquiera de los grandes templos públicos que existen en Bali y en cuyo seno acoge a varias familias en exclusiva (dependiendo del templo y del caso concreto, pueden albergar a un mayor número de familias o a un menor número).

Todo balinés, desde su nacimiento, pertenece a un templo familiar determinado.

Es algo así como una parroquia en la que están inscritos todos los miembros de una misma familia siguiendo la línea de sucesión del varón, ya que la mujer balinesa que se casa, desde ese instante, pertenece al grupo familiar del marido y, por tanto, al templo familiar de éste.

En ese templo se celebran todo tipo de ceremonias, se le debe culto y respeto y se organizan, para adecentarlo, limpiezas periódicas de las que se encargan los mismos miembros de la familia que lo componen, estableciendo turnos para ello.

Entre las actividades y ceremonias que se llevan a cabo en el templo familiar se encuentran las siguientes:

Ceremonia del aniversario del templo, llevar ofrendas tras una "ceremonia de los tres meses", rezar tras la celebración de una boda de algún miembro varón del templo familiar, llevar ofrendas y rezar en las grandes ceremonias como Galungan, Kuningan, Nyepi. En estos casos es suficiente con que vaya un miembro de cada familia, aunque pueden ir todos si quieren, por supuesto.

Respecto al aniversario del templo familiar existe una particularidad en su modo de celebrarlo. Cada año se reúnen las familias en el templo el día del aniversario y tienen lugar diversas ceremonias a lo largo del día y también de la noche, en las cuales se reza, se entonan distintos cánticos religiosos y, por la mañana del día siguiente a las 6 aproximadamente, vuelven a rezar para despedirse.

Para una ocasión tan especial, el templo se engalana más que de costumbre, utilizando hojas de coco trenzadas en las que insertan algunas flores y colocando un sarong especial a los distintos templitos que componen el conjunto, denominado saput.

PURA ULUWATU

Dirección: Road JI, 18kms down the Bypass from Kuta, Kuta, 80364 Teléfono: +62 361 23 5600

Uluwatu (significaría "cabeza de roca") hay playas bajo el acantilado del templo, que se construyó en el s. XI, para el dios del mar, más antiguo que Tanah Lot (cuando visites este templo espera que la luz del día cese, y empiece a oscurecer, si te fijas a la derecha frente al mar, hay unas cuevas, veras salir miles de murciélagos de ellas) pero sus playas no son practicable, sólo para surfistas

Está ubicado precariamente en la cima de una barranca en la península sur de la isla. Situado a unos 45 minutos de Nusa Dua. Es uno de los templos más espectaculares de la Isla de Bali.

Pura Luhur Uluwatu es uno de los numerosos templos guardianes de los malos espíritus. Ubicado en la punta más occidental de la península de Bukit, es uno de los seis grandes santuarios que existen en la isla de Bali

El templo fue fundado en el siglo X por Empu Kuturan, un sacerdote hindú javanés que construyó el templo en un enclave privilegiado, como en otros lugares a lo largo de la costa balinesa.

El templo está dedicado a la divinidad suprema de Ida Sang Hyang, en manifestación como Rudra, el máximo influyente en los senderos de la vida. Violentas tormentas u otras intervenciones desastrosas de la naturaleza, tales como plagas o erupciones volcánicas, se dice que Sang hyang Widhi en su calidad de Rudra les protege de todos estos cataclismos.

Como parte del ritual, se realiza la danza Ketjak, es una ceremonia religiosa realizada a veces durante varias horas en noches sucesivas, de tres a cuatro meses, para exorcizar el mal en tiempos de peligro y de pestilencia. Protagonizada por multitud de hombres sentados en círculos concéntricos, apretados alrededor de un pequeño espacio central, reservado para el jefe de los protagonistas "el Ketjak", o llamado también Mono Chant Ramayana.

El ritual, originado en la época de 1930, representa una batalla de los Ramayana, cuando el mono-como Vanara, (humanos con cola de monos), les ayudó a luchar contra el malvado rey Ravana, sin embargo, Kecak tiene sus raíces en sanghyang, un trance para inducir el exorcismo de danza, creado por un nativo llamado Wayan Limbak que ayudó al pintor alemán Walter Spies, a crear los movimientos a partir de los relatos del Sangh Yang.

Uniformados para la ocasión, con ropas a cuadros alrededor de la cintura, y a veces usan flores rojas en la cabeza. El baile consiste en movimientos de brazos y de torso, acompañado por coros vocales. Durante la ceremonia, el líder guía los cambios en el movimiento y en el canto.

Si bien el público y las filmaciones nunca han sido bienvenidas durante los oficios religiosos del Getjak, recientemente, y debido a la enorme necesidad de recibir ingresos, por parte del turismo, y dado el gran interés originado, decidieron sus fieles mostrar al mundo la asombrosa Danza en el templo Uluwatu.

Tienes que ir como a las 5 (estar allí) a las 6 es el baile. A la vuelta puedes cenar en Jimbaran en la playa ya que te queda a mano. Os obligaran a poneros sarong y una cinta a la cintura

Aquí está el bosque de los monos y el templo Hindú del pueblo. Consejo: Coger un palo para asustar a los monos antes de entrar. En ningún caso hay que pegarles pero estaréis más tranquilos, se llevan gafas de sol, gomas del pelo.. y todo para que les des dinero o comida a cambio (para recuperarlo, claro) esto lo pone en la puerta, pero no lo suelen decir, **TENER CUIDADO**.

El baile de Uluwatu empieza a las 6 así que con estar a las 5,30, media hora para ver el templo y el baile y luego cenar en Jimbarán (ya de noche).

PURA ULU DANAU BRATAN

Es el templo más pintoresco en la isla. Junto a un precioso lago del mismo nombre, localizado en la parte noroeste del lago.

Fue construido en el año 1634 en honor a la diosa del agua y la fertilidad Dewi Danau. Se trata de un templo de gran belleza en donde rinden culto tanto hinduístas como budistas.

La estructura alta cerca del lago es un templo tradicional estilo "meru" (evocador del mítico monte meru) con techo de paja estilo hindú. También había una estupa estilo budista dentro del vallado que estaba a la derecha, pero no pude entrar a tomar fotografías porque había una ceremonia religiosa.

Para todo aquel que visite Bali esta excursión es fundamental, ya que permite conocer cómo es realmente la isla por dentro y disfrutar de una belleza y encanto natural que jamás podrá olvidar.

EL LAGO BRATAN

El lago Bratan está situado en las tierras altas del centro de Bali, a unos 1200 metros por encima del nivel del mar. Cercano a los montes Bratan y Catur y próximo a la localidad de Bedugul, es el segundo lago más grande de la isla, por detrás del lago Batur que lo supera.

La temperatura en esta zona es más baja y suele estar nublada, por lo que es recomendable ir con algo de ropa de abrigo por si refresca. El lago cubre el fondo de un cráter volcánico y constituye una fuente de irrigación para los distritos del sur de la isla.

Cerca del lago hay un jardín botánico (Lila Graha) que es muy interesante para visitar, así como un mercado, un parque en el extremo sur y algunos restaurantes típicos que ofrecen una deliciosa comida.

Desde Bedugul se pueden contemplar magníficas vistas del lago Bratan, además de que desde las zonas próximas a los resorts y hoteles se ofrecen numerosas actividades acuáticas con las que poder disfrutar.

También se puede ir de excursión a los santuarios que se encuentran a orillas del lago o a las frondosas colinas que lo rodean.

PURA KEHEN

Fue construido durante el siglo II en las terrazas, bajo un enorme árbol de higuera. Ubicado en la parte norte del pueblo de Bangli.

©Opening hours - Open daily 8am - 5pm ©Entrance fee - 2,600rp and 1,000rp for parking ©Dress code - Sarong and sash

Ubicado en la parte norte del pueblo de Bangli, es un templo de tres niveles del siglo II y se encuentra al lado de un monte y es el segundo templo más importante después del Temple Materno, Besakih. Los alrededores frescos y llenos de vegetación emanan tranquilidad. Trate de visitar este templo en la tarde cuando los autobuses de turistas se han ido.

PURA TEGEH KORIPAN

Ubicado a la orilla del monte Gunung Batur es el templo más antiguo de Bali. Para llegar al templo se tiene que subir una escalera de 300 escalones. Cuando se llega lo más probable es que encontrará el templo rodeado de neblina. Los escalones son resbalosos así que tenga cuidado. Vistas espectaculares y un ambiente místico el atardecer.

PURA BUKIT DHARMA DURGA

La pequeña aldea de Kutri es el hogar de la Pura Bukit Dharma Durga Kutri. Bien situado en el recorrido de una ruta de autobús, este templo tiene finas esculturas de elefantes que custodiaban el exterior de la puerta y los cerdos en la puerta interior, por encima del cual se encuentra un espléndido Bhoma

Está ubicado en la "tierra bendita" a 500 metros norte del pueblo de Blahbatuh, rodeado por árboles de Banyan. De la parte baja del templo, suba los 80 escalones subiendo el monte hacia la cima donde encontrará una estatua de la madre del rey Airlangga. Es una estatua fúnebre en la forma de la diosa de la muerte, con seis brazos, Durga.

PURA LUHAR BATAKAU

Es un templo jardín muy bello con una pagoda de siete pisos similares a las de Tailandia. Este santuario está rodeado de bosque y envuelto en neblina. Se encuentra a 700 metros arriba del nivel del mar y es un templo Subak importante. Tiene vistas espectaculares de Bali y más allá. Es mejor visitado temprano en la mañana en en la tarde.

PURA SADA

Situado pueblo de Kapal. Data de la dinastía Majapahit en el siglo XIV

Es un templo muy bien decorado cerca del mercado en el pueblo de Kapal. Originalmente un santuario de la familia real Mengwi, fecha de la era Majapahit (siglos 12 a 14). Tiene una torre de 16 metros de altura, pero son los santuarios de 64 piedras que son lo más conocido de este templo. Se cree que conmemoran guerreros que murieron en batalla.

Dirección: Kapal Main Road,, Denpasar, 80271 Teléfono: +62 361 23 5300

PURA PANATARAN SASIH

Es donde se encuentra la conocida 'Luna de Pejeng', un hervidor de agua de bronce del siglo 3 a. C., cuyo origen es desconocido. Hay muchas leyendas asociadas con el hervidor. El templo en si era el antigua santuario del reino Pejeng y tiene numerosas esculturas y estatuas que fechan de los siglos 10 y 12.

PURA GOA LAWAH

Esta situado al sureste de Bali. Fue fundado en 1007 por un hombre bendito. La característica distinta de este templo es la caverna de murciélagos y las leyendas asociadas con ella. A la entrada de la cueva se encuentra un templo. La historia cuenta que la cueva sigue hasta el templo de Besakih.

PURA TAMAN AYUN

Es un templo jardín magnífico que fecha del 1634 y es el segundo complejo de templos más grande de Bali. Son los templos reales del raja de Mengwi. Sus características principales son las torres Meru, los 29 santuarios ancestrales, así como los fosos y los jardines bien construidos. El vallado interior está rodeado de un foso y de un camino pavimentado desde el cual los turistas pueden ver el complejo de los templos.

TEMPLO DE TANAH LOT

Tanah lot es un formación rocosa en medio del mar. Su nombre, precisamente, significa en lengua balinesa "tierra en medio del mar".

Está situado a unos 20 kilómetros de Denpasar (capital de Bali), en la costa oeste y próximo a Kediri.

El templo de Tanah Lot se erige sobre una gran roca que ha sido formada por el embite de las olas a través de los años y se puede acceder a él justo cuando la marea está baja.

Se dice que se construyó en el siglo XV gracias a la iniciativa de una sacerdote llamado Nirartha, quien, al descubrir el islote formado por esta grandiosa roca, lo consideró un lugar sagrado en donde debían levantar un templo para rezar a los dioses.

Desde entonces el templo de Tanah Lot forma parte de la mitología balinesa. De hecho, según las creencias populares este templo está protegido de espíritus malignos e intrusos por serpientes venenosas situadas en la base de la roca y que también lo protege una serpiente gigante.

Existen más templos situados en medio el mar en la costa de Bali. En total hay siete templos marítimos, los cuales están a la vista los unos de los otros, formando así una cadena a lo largo de la costa sudoeste de la isla.

En 1980 parte del templo de Tanah Lot empezó a desmoronarse, por ello, el gobierno de Japón le hizo un préstamo al gobierno de Indonesia de 800 millones de rupias para así poder restaurarlo.

TURISMO EN TANAH LOT

El templo de Tanah Lot es uno de los lugares más famosos y visitados de la isla de Bali. Para acceder a la zona del templo hay que pagar y atravesar una amplia zona comercial con numerosos puestos de ropa y souvenirs a lo largo de un sendero descendente que nos lleva a la misma orilla del mar, donde está situado el templo.

Enfrente hay un camino ascendente y sobre un acantilado encontramos unos restaurantes muy agradables desde donde se puede contemplar una maravillosa vista del templo de Tanah Lot.

Muchos de los visitantes se acercan justo al atardecer, ya que es el momento del día en el que se ve más hermoso, marcándose su majestuosa silueta negra sobre el fondo rojo del crepúsculo.

Merece la pena visitarlo, este templo se queda grabado en el alma del que lo observa para siempre.

BESAKIH: (Evitar)

Es el templo "Madre" de BALI, es el más grande e importante de BALI. Está situado en la ladera del MONTE AGUNG de 3142 metros de altura, es la cumbre de la isla por esta razón es el lugar más sagrado de BALI. Fue construido en siglo VIII por el Señor Markandya, un sacerdote que vino de la isla de Java. Dedicado a Sang Hyang Widhi Wasa, el Dios Supremo. Por eso a este templo se le llama "el templo Madre". Está en el pueblo de Besakih, en la región de Karangasem.

El templo: el camino es largo y malo, hacia ese lado tienes Kehen el segundo templo más antiguo (siglo XI) puedes ver Klungkung, Goa Lawah. Son un poco exigentes con el dinero, piden y piden. No tienen muy buena fama y a los guías y choferes no les gusta mucho ir. La misma Lonely Planet advierte sobre los timos y no se equivocaba.

Asisti a una escena que ni en los barrios de la ciudad donde vivo. En la guía dicen que los vendedores son muy pesados y que los guías llegan a ser pesados y casi les tienes que gritar para que se aparten. NO es peor. Cuando estábamos llegando a la parte principal del templo, hay unas escaleras muy altas que entran directamente al templo, donde "supuestamente" no puedes entrar, y después explico esto, y a los lados otras escaleras por las que puedes subir y rodear el templo sin problemas para verlo por fuera, al igual que pasa en los otros que habíamos visitado. Pues cuando estábamos subiendo se nos plata un tipo y nos dice que no podemos seguir sin guía, que es sagrado. Que solo con guía. Una pareja de japonesa siguió subiendo porque tío habían leído la Lonely, y el tiparraco se puso delante del japonés cabeza con cabeza, casi agradiendo, y diciéndole que no podía seguir que no le crease problemas en su templo, que si quería que se encontraban fuera para "solucionar" los problemas. Yo insistí y tampoco me querían dejar, solo me pedían rupis!! A mi marido le hablaron en un tono super agresivo y le pareció tan mal que se quitó el sarong y se fue. Yo como soy una pesada fui a preguntar a un guía que estaba con una excursión y delante de los otros dijo que si se podía pasar alrededor y a pesar de que siguieron insistiendo me acabe por salirme con la mía y me dejaron pasar, pero el mal ya estaba hecho y no disfrute nada del paisaje. Antes dije lo de supuestamente, porque los que no somos indiestas no podemos entrar en algunas partes de los templos, y hay carteles que lo dicen claramente. Pues yo vi a una pareja entrar con un guía, y todavía no lo puedo entender.

OTROS LUGARES DE INTERES

CELUK

Pueblo dedicado a la orfebrería de oro y plata. Los balineses son grandes joyeros forjan, baten, y tornean flores, todo tipo de recipientes adornos destinados a ofrendas. Al norte de Denpasar, es el centro de plata de Bali. Este es el lugar para encontrar joyería a buenos precios. Hay muchas tiendas de donde escoger y la mayoría tiene un grupo de joyeros trabajando en cada una. Este es el lugar para encontrar joyería a buenos precios.

DENPASAR

La capital de Bali. Denpasar significa, al norte del mercado. Se encuentra un centro de arte, un museo, un mercado colorido y barato en la calle de Jalan Sulawesi y varios centros comerciales. En el centro de la ciudad encontramos dos mercados: pasar Badung y pasar Kumbasari, donde se encuentra artesanía, cestería, especias o frutas. En algunas calles encontramos distribuidos por gremios, los joyeros en la calle Hasanudin, en la calle Cajah Mada tiendas de electrónica y en la calle Sulawesi tejidos.

También se encuentran 3 mercados nocturnos: el mercado de la estación de autobuses de Kereneng, el mercado Malam Pekambinan y el de la calle Diponegoro.

ISLA DE MENJANGAN

Las fronteras del parque son sabana abierta, jungla tropical, y pantano de manglares. Este es un lugar perfecto para buceo. Hay numerosos hoteles de calidad

en la punta oeste de Bali es donde se encuentra el parque nacional de Bali Barat. Cubriendo un área de más de 750 kilómetros cuadrados, las fronteras del parque son sabana abierta, jungla tropical, y pantano de manglares. Este es un lugar perfecto para buceo y esnórquel. Se puede visitar pero en la compañía de una guía oficial y se debe tener un permiso que se obtiene en la oficina del parque en Cekik, a 3 kilómetros sur de Gilimanuk.

SENGEH BOSQUE DE MONOS

Está ubicado cerca del pueblo de Sangeh, a 20 kilómetros norte de Denpasar. Selva llena de árboles gigantes de nuez moscada que pueden crecer hasta 40 metros de altura. La atracción principal son los monos que viven en los árboles y el templo, Pura Bukit Sari.

Esta selva exuberante mide aproximadamente 6 hectáreas y está llena de árboles gigantes de nuez moscada que pueden crecer hasta 40 metros de altura. La atracción principal son los changos que viven en los árboles y el templo, Pura Bukit Sari, ubicado en el centro de la jungla.

AVISO: Atención en todo momento, es habitual que los monos salten encima de los turistas y les intenten arrancar los objetos más luminosos o flores que lleven encima

BONA

Se encuentra entre la ciudad de Gianyar y Blahbatu y es el lugar donde comprar muebles de bambú a precios razonables. Abundan los productos de bambú. Usted puede gozar de las tardes frescas. También es conocido por sus bailes, especialmente la del fuego, que se puede ver en muchos hoteles del área.

UBUD

Es un bonito pueblo de montaña, situado en el centro de la isla. Es conocido por su abundancia de arte y naturaleza. Ubicado entre arrozales en terrazas y los montes del centro de Bali, Ubud tiene un número de palacios y templos, museos y galerías de arte y cafés y restaurantes. Que ver: Palacio, mercado tradicional de Ubud y el bosque de los monos de Wanara Giri en sur de Ubud.

- Ver el Mercado (si haceis compras, ya sabeis regatear mucho mucho!!!)
- El estanque de Lotus que esta a cinco minutos del mercado (es muy bonito tanto de dia como de noche, aqui tambien podeis comer o cenar, os recomiendo el Rastaffel que es un plato para dos, con un poquito de toda la comida típica de Indonesia y arroz amarillo en forma de cueurucho en el medio).
- Ir a comer al restaurante Ibu Oka (babiguling, que esta al lado del Palacio), ir sobre las 1 porque se suele poner a tope).
- Pasear por la calle Monkey Forrest hasta el Bosque de los monos, si lo hicierais sobre las 4 y media de la tarde luego os podriais ir directamente al Zen que es el sitio donde dan los masajes y que esta a 15 minutos paseando desde el Bosque de los monos.
- Luego podriais ir a ver las danzas a las 7 o 7.30 depende de la danza que querais ver (hay muchas diferentes y en muchos sitios diferentes en Ubud y alrededores).
- Las danzas suelen terminar antes de la 9 y luego podrias ir a cenar al Bebek Bengil (al final de la calle Jalan Hanoman) o al Café Lotus (cerca del palacio en la calle principal de Ubud, Jalan Raya), o al Café Wayan en la calle Monkey Forrest, o en cualquiera de los muchos que hay en Monkey Forrest o en Jalan Raya.
- Ubud bosque de monos: Es una pequeña reserva natural en la zona sur de Ubud. Junto con sus alrededores verdes y el bello templo se encuentran muchísimos monos.

BATUBULAN

Aqui encontraremos la Danza más popular y famosa de Bali llamada "danza Barong y Kriss" El tema principal de la danza es la batalla entre el "el Barong", y el malo "el Rangda" (La bruja). El Barong es una extraña criatura, mitad perro de , mitad león. El Barong y Rangda luchan, utilizando sus poderes mágicos, pero cuando las cosas van mal para el Barong, sus seguidores empuñan sus kris y se lanzan al ataque de Rangda. Haciendo uso de sus poderes mágicos, esta les sume en un estado de trance y los hombres intentan suicidarse con sus kris. Finalmente, un sacerdote (un Pemangku) hace las ceremonias, para poner fin al trance de los bailarines, y debe sacrificarse un pollo para propiciar a los espíritus del mal. Esta es la típica excursión, que no podéis dejar de ver, impresiona!! Además te dan una guía en español para que sigas las escenas y sepas que se hace en cada una y pq.

BATUAN SARI

Esta localidad, es un pueblo de pintores. Hay cuatro estilos de pintura balinesa: la pintura clásica, las pinturas tradicionales, pinturas que mezclan antiguos y nuevos estilos, pinturas modernas. Este pueblo está rodeado de arte en cualquier rincón encuentras galerías de arte, en cada esquina hay una exhibición. La Casa tradicional de Bali; es curiosa de ver. OJO: No compréis cuadros. Comprarlos en Kutta, en Legian Str. Un cuadro de unas medidas considerables, no más de 15-20

SINGAPADUA

En este pueblo podremos ver una Casa tradicional Balinesa. Son casas habitadas con sus animales y vida propia

PACUNG

Al acercarse a Baturiti desde el sur se dejan gradualmente las terrazas de arroz y se asciende por la fresca y húmeda región montañosa. Hay varios la vista donde puede contemplar unas vistas maravillosas.

MERCADO DEL PUEBLO CANDI KUNING

En donde dispone de productos naturales locales como, frutas tropicales, verduras, especias y flores.

SEBATU

El manantial sagrado de amerta, el elixir de la inmortalidad, agua bebida para purificarse y los limpios estanques; Tegallalang; Curvas en la carretera de Kintamani a Tegallalang, con Impresionantes panorámicas de las terrazas de arroz, y vistas a las plantaciones tropicales de café, clavo, frutas y etc.

BEDUGUL

Este es un bonito lugar, un pueblo de montaña situado a más de 1000 metros de altura. visitaremos el templo ULUN DANU BERATAN situado en un promontorio rodeado por el lago del BERATAN, es un templo de origen hindo-budista fue construido en 1634, para el Dios del Lago (Dios de la fertilidad de los agricultores). Después podremos visitar un mercado típico de frutas verduras y todo tipo de productos de la región, continuaremos con la visita al jardín botánico de BALI KEBUN RAYA. Continuaremos el descenso del volcán por la parte norte hasta la cascada GIT GIT

MONTE CATURE:

Bosque de los monos en el monte de Catur, cerca del Lago Buyan. Con maravillosas vistas del lago, campos y pueblos

Por el camino está la hermosa cascada de Git-git, con buenas vistas de las terrazas de arroz y también una fuente de agua de bambú. Se accede por un sendero de unos 500 m, entre puestos de souvenir y artesanía local. Estupendo lugar para darse un baño o, simplemente, comer algo y disfrutar de las vistas.

SINGARAJA

Fue el centro del poder holandés, en el transcurso de su dominio en Bali. Siguió siendo el centro administrativo de las islas durante los años de colonialismo holandés hasta 1953, (ahora la capital está en Denpasar, en el sur de Bali). Quedan pocos restos visibles del periodo holandés, habiendo también vestigios de la influencia de chinos y musulmanes

KINTAMANI

Lugar para admirar el volcán activo, el monte y el lago Batur con su cráter y los paisajes de alrededor. Este volcán tuvo una erupción en 1917 otra en 1926/7 y otra 1963. Coladas de lava negra descendieron a un pueblo en el valle, desde la cima nublada del cráter. Este pueblo, que se llama Penelokan, en el distrito de Kintamani, región de Bangli, está a una altura de 1500 metros del mar, siendo las temperaturas bastante frescas.

En esta excursión solo hay dos restaurantes (el de arriba o el de abajo, cuando estéis allí lo entenderéis) Os aconsejo las brochetas (que no me acuerdo del nombre) estaban riquísimas.

Con respecto a los timos tratan de venderte de todo en Kintamani (la verdad es que allí son pesadimos) pero con decir que no ya vale y si quieres comprar algo solo se trata de regatear con decisión, si lo compras demasiado caro es tu culpa.

CANDI DASA

Es un pueblo de pescadores pero con grandes hoteles, es mas tranquilo que Kutaes mas conocido por los submarinistas.

TENGANAN

Es una de las aldeas más conservadoras del Bali Aga . Es un pueblo amurallado . Posee gran extensión de terrenos de cultivo. Normalmente dichos terrenos no son cultivados por ellos mismos, son arrendados a otros campesinos de los pueblos vecinos. Las mujeres se dedican a tejer un manto llamado "llameante", kamben gringsing, que se usa para vestidos de ceremonia.

KLUNGKUNG

Antigua capital de la isla donde aquí se encuentra el Palacio de Justicia KERTAGOSA y el pabellón flotante BALE KAMBANG donde el rey impartía justicia antiguamente y enseñaba el castigo que obtendrían en la otra vida, a través de las pinturas que decoran los tejados.

MAS

En un pueblo dedicado a la talla de la madera, los artesanos escogen la madera más adecuada para cada talla, las maderas más utilizadas son madera de ébano, sándalo, teca y otras maderas. Yo no compré pq el guía me dijo que aunque tenían muy buena calidad, a veces te las vendían como buenas, y en verdad lo hacían con una planta que al secarse parecía madera, y cuando llegas a casa, lo que tenías eran virutas.

TOHPATI:

Aquí podremos encontrar gran variedad de trabajos en Batik es un procedimiento de pintura basado en tapar las zonas que no se quieren pintar con cera y dar color al resto de la tela con el tono deseado.

GUNUNG KAWI

A mi personalmente es el templo que más me gusta en Bali, quizás por el entorno donde está, entre montañas, arrozales y ríos, si es cierto que el templo en sí no es que sea bonito o especial, aunque las tumbas reales en la pared de roca si son únicas, pero las vistas bajando y subiendo el templo son increíblemente bonitas sobre todo si vas en la época en la que están los arrozales verdes verdes, vale, vale hay que decir que tienes unas 100 o más escaleras para bajar y por supuesto luego para subir!!!!!!! yo las he contado a veces pero no recuerdo cuántas son, más de 100 seguro no?

Si alguien va allí, cuando estais abajo del todo y habeis cruzado el puente, justo al lado del estanque que está a mano izquierda, hay un pequeño caminito que va a los arrozales y si seguís unos 300 mt por el camino se llega a una pequeña cascada, nada espectacular pero si bonita para ver e incluso para mojarse los pies, puedes cruzar el pequeño riachuelo y meterte al pie de la cascada y sentarte en una roca que hay en medio y disfrutar del ruido de la caída del agua.

El paseo es bonito porque es corto y entre arrozales, que no os siga nadie porque si os sigue alguien, pensarán que os han enseñado el camino y querrán que les deis una propina!

KUTA:

Tenéis que ir tanto de día como de noche. Todos los taxis os dejarán en Legian Str. Que es la calle neurálgica de compras, tb está el centro comercial Matahari, McDo, Pizza hut, Starbucks, Ext., etc ir a ver el ambiente de la playa!

A Kuta, se va a la playa y a comprar!!! Tu cuando les digas que vas a Kuta, todos te dejan en la misma esquina, y a partir de ahí, vas callejeando. A la salida de los hoteles os machacarán con el "transport, transport". Mi consejo es que lo negociéis con uno de esos de camisa de flores. Si no me equivoco, el año pasado íbamos 4 a Kuta por

60.000 Rp si llega (5-6 ,no??? ni me acuerdo). A la hora de negociar se firme, aunque te digan que no y que no....al final, si te ven convencida te dirán que si.

PLAYA SEMINYAK

Alquilar un par de amacas todo el día, te vienen a traer las bebidas, te limpian la arena de vez en cuando son 25.000 rupias 1,75 . Lo peor que tiene es que hay mucha gente vendiendo cosas, ser amables y aguantar el tiron la primera media hora, después ya te tienen identificado como que no quieres nada y no molestan mucho más. Podeis haceros un masaje, la pedicura, manicura por 4 duros.

BIRD PARK

Uno de los mejores sitios para ir con niños y también sin ellos, junto con el Reptil Park que se encuentra enfrente, es el Bali Bird Park.

Fascinantes las aves de más de 250 especies que no tenemos ocasión de ver en Europa. Tienen una de las mayores colecciones de Aves del Paraíso que existen. Los colores son espectaculares, las aves algunas de ellas sueltas y otras en zonas que recrean su hábitat natural, llenan además las dos hectáreas de sonidos fascinantes. No solo las aves son un maravilloso espectáculo, también lo son las más de 2000 plantas tropicales y las 50 variedades de palmeras.

También hay espectáculos de vuelo de halcones.

Os recomiendo una parada en vuestras excursiones y si os gustan los reptiles aprovechéis también el Reptil Park.

SITIOS MAS AUTENTICOS:

Bedulu : monasterio de budhista del siglo XI - XIII

Gunung Kawi : un conjunto de Candis labrados en la roca y celdas de monjes.

Tampaksiring : El manantial sagrado de Tirta Empul

Panglipuran : Un pueblo donde veremos un complejo de las casas tradicionales

Munduk o Gitgit : Cascadas

Pupuan : cafe y vainilla plantacion

Jatiluwih : el campo de arroz.

MUSEOS

MUSEO GEDONG KIRTYA, SINGARAJA

Miles de cartas antiguas de Bali en forma de crónica, kakawin (antiguo balinesa poesía), geguritan, y está escrita en la hoja de palma, almacenados en el edificio original que fue construida en 1928.

MUSEO NEGERI PROPINSI BALI

Denpasar. Museo fundado por Yayasan Bali, en el Museo de 8 de diciembre de 1932, el almacenamiento de artículos arqueológicos y una colección de etnografía.

MUSEO PURI LUKISAN, UBUD

Fundada por Rudolf Bonnet y Cokorda Gde Agung Sukawati. El desarrollo de obras de arte de estilo en el momento nació por Pita Maha (1930). Este museo tiene una colección de 150 pinturas y 62 piezas de escultura, sin embargo, tiene una valiosa potente de la idea de dejar la estética del arte y la cultura a la siguiente generación. Este es el primer museo de las artes en Bali. Jalan Raya Ubud, Ubud. Open daily 8.00 a.m. to 4.00 p.m. except holidays.

MUSEO MANUSA YADNYA, TAMAN AYUN

Aquí encontrará en detalle los temas que se conectan con el proceso de la vida humana, desde el vientre materno hasta la muerte.

MUSEO TAEKWONDO, TABANAN

Como regencia de haber sido conocido como el de Bali "arroz cerámica casa", no es de extrañar que haya un Museo taekwondo. Por supuesto, la colección es de los temas que tienen una relación con el mundo agrícola, especialmente en el sistema de riego, que es muy típico en Bali, llamado taekwondo.

MUSEO LE MAYEUR, SANUR

Un museo conmemorativo que inmortalizar la memoria de una pareja de amantes llamado Le Mayeur y Ni Polok. Todas las colecciones de pinturas Le Mayeur. Jalan Hang Tuah, Sanur. Open daily from 8 a.m. to 5 p.m. except Fridays.

MUSEO GEDONG ARCA, GIANYAR

Este museo está situado en el Bedulu Village. La colección se compone de elementos arqueológicos que reflejan la historia del desarrollo cultural de Bali.

MUSEO SENI LUKIS KLASIK, KLUNGKUNG

El propietario de este museo, Nyoman Gunarsa, exhibir su obra maestra obras para completar la colección del museo que documenta la pintura clásica de Bali. El museo está situado en Banda aldea.

MUSEO NYOMAN RUDANA, UBUD

Este museo de tres plantas en la aldea Mas, toma Tri Angga concepción, que es de tres partes del cuerpo humano; La cabeza, el cuerpo y las piernas. La colección constará de algunas obras de pintores balinesa de la gloria del Reino Klungkung hasta este mismo día.

MUSEUM NEKA, UBUD

Este museo de bellas artes de intendencia de la Kamasan estilo del siglo 16 hasta la pintura moderna en el siglo 20. Toda la colección se exhibe cronológicamente, de modo que es capaz de describir el desarrollo de obras de arte de Bali históricamente, desde los más antiguos hasta el momento la influencia de las artes extranjeras que enriquecen el arte balinés. Jalan Raya Campuhan, Ubud. Open daily 8.00 to 5.00 p.m. except holidays.

MUSEO AGUNG RAI, UBUD

Con el concepto de "museo viviente", el Museo Agung Rai muestra pinturas y presenta diversas etapas etapa de arte, es un lugar para karawitan. Las artes terminó con la biblioteca de libros y galería, hotel, restaurante, cafetería y tienda de café. Permanente en seis hectáreas de tierra, el museo proporciona directamente especial Ubud opiniones, con trincheras de los campos de arroz y que pasarán a formar parte del museo.

Jalan Pengosekan, Peliatan, Ubud. Open daily from 9.00 a.m. to 6 p.m. except holidays. Jalan Bima, Pangosekan, Ubud. Tel. 0361-974 228

MUSEO MANUSIA PURBA, GILIMANUK

Fundada en 1990, en el extremo occidental de la isla de Bali. Comenzó con la observación arqueológicos R. P. Soejono Servicio Arqueológico de Bali. En 1962 en Dukuh Cekik que estima que aproximadamente hace 2000 años que vivía un grupo de la sociedad, desde la edad de piedra de 200 años en la zona donde se encuentra el museo.

Denpasar

- Bali Museum: Jalan Letkol Wisnu, Denpasar. Open daily from 8 a.m. to 3.00 p.m. except Mondays.
- Danes Art Veranda: Jalan Hayam Wuruk 159, Denpasar. Tel. 250 037. Local and regional artists, rotating exhibitions.
- Museum of Archeology: Jalan Letkol Wisnu, Denpasar. Open daily from 8 a.m. to 3.00 p.m. except Mondays.
- Taman Budaya Cultural Center: Jalan Nusa Indah, Denpasar. Open daily from 8 a.m. to 3.00 p.m. except holidays.

Kuta/Legian/Seminyak

- Randelli Gallery: Jalan Raya Seminyak, Seminyak. Contemporary mix of pop, figurative and abstract art by young established artists both international and local.

Jimbaran/Tanjung Benoa/Nusa Dua

- Ganesha Gallery: Four Seasons Hotel, Jimbaran. Tel. 0361-701 010. Features local and international artists based in Indonesia often very high profile. Frequent happenings.
- Jenggala Keramik Bali: Jalan Uluwatu II, Jimbaran. Tel. 0361-703 311

Ubud

- Antonio Blanco Renaissance Museum: Jalan Raya Campuhan, Ubud. Tel. 0361-975 502. Dedicated to the life and work of famed Philippine artists Antonio Blanco, the space includes his original studio, gardens and family temple.
- Bamboo Gallery: Nyuhkuning, Pengosekan, Ubud. Open from Monday to Friday 8.00 a.m. to 5.00 p.m.
- Blue Moon Gallery: Jalan Tirta Tawar, Banjar Kutuh Kaja, Ubud. 900 meters north of Ubud's main road, and Studio Blue Moon, Ubud main road at Jalan Sriwedari. Open daily from 10 am to 5 pm, specializing in exhibitions featuring emerging contemporary artists.
- Gaya Fusion of Senses: Jalan Raya Sayan, Ubud. Tel. 0361-979 252. High concept space featuring major exhibiton by both international and local artists featuring contemporary art, paintings, performace, installations and sculptures. A real center for the arts.
- Komaneke Gallery: Jalan Monkey Forest, Ubud. Tel. 0361-976 090. A fine art gallery that focuses on young mainly local artists with higher education in the arts, who may have studios abroad.
- Low Art Gallery: Jalan Raya Ubud No. 8, Ubud. Tel 081 338 565962. Recently opened gallery specializing in the kitsch and the retro. Includes substantial collection of old movie posters and all kinds of weird and wonderful art.
- Rudana Museum: Peliatan, Teges, Ubud. Tel. 0361-975 779. Boasts an excellent collection of Balinese and other Indonesian fine arts by the likes of I Gusti Nyoman Lempad, Affandi, Supono and Antonio Blanco.
- Sika Contemporary Art Gallery: Jalan Raya Campuhan, Ubud. Tel. 0361-975 727. Provides a venue for young creative artists, both local and iternational. Holds regular temporary exhibitions and events.
- Seniwati Gallery of Art by Women: Jalan Sriwidari 2B, Ubud. Tel. 0361-975 485. Seniwati supports and showcases women artists and also houses a shop where crafts can be bought, some of them by artists who exhibit in the gallery.

ARTE EN BALI

BALI es todo arte cada Balines domina un tipo de arte ,empezando por la calles repletas de ofrendas que en si contienen arte , hay pintores en cada rincón de la isla , en cada patio podemos encontrar escultores de la madera , ebanistas, saben ganarse al turista conjugando tradición con servicio y amabilidad.

El arte del decorado de telas en la técnica del Batik es una forma de pintura en la que se utiliza cera derretida aplicada sobre la tela con un instrumento llamado "canting" (se pronuncia "chanting"), Las pinturas de BALI se caracterizan por su estilo de cubrir todo el espacio, sus temáticas que provienen principalmente de la vida religiosa hindú, de la mitología y de leyendas, donde se observa una ausencia de la expresión del tiempo, del espacio y de la perspectiva.

La fundación de "Pita Maha" alrededor del año 1930 por Cokorde Sukawati de Ubud (BALI Central) junto con el artista holandés Rudolf Bonnet y el pintor alemán Walter Spies, produjo una verdadera revolución en la pintura balinesa. Los pintores indonesios llegaron a conocerse hacia finales del siglo XIX después de la fama mundial que adquirió Raden Saleh por su técnica naturalista en la pintura de animales y paisajes y sus retratos en óleo. Más adelante, siguieron otros pintores naturalistas como Abdullah Surio Subroto y su hijo Basuki Abdullah, un conocido pintor de retratos, así como Pringadie, Hendra, Trubus, Omar Basalamah, Sukandji, Wahdi y otros. La artesanía en

Indonesia, como uno de los productos del arte, tiene varios estilos, muestras y diseños, heredados de los antecesores con diferentes antecedentes culturales. Los valores tradicionales o espirituales de muchos tribus se reflejan en los colores, las formas y las obras de artesanía típicas de determinadas regiones que muestran diferentes significados relacionados con la región étnica o particular de su origen.

El este de Nusa Tenggara y BALI son famosos por los trabajos que realizan del trenzado con hojas del lontar, para la confección de cestas, carteras, sombreros, estereras, billeteras y varios tipos de artículos domésticos. También podemos encontrar obras de orfebrería en y BALI .

DANZAS

Las danzas en Ubud empiezan a la 7,30 las entradas las puedes comprar allí mismo. Tienes una en el templo que hay enfrente del Lotus (cuando digo enfrente, digo dentro) Y la otra a la puerta del palacio.

LA DANZA BARONG & KRIS

Es la Danza más popular y famosa de Bali . Se trata de una sencilla batalla entre el bueno "el Barong", y el malo "el Rangda" (La bruja). El Barong es una extraña criatura, mitad perro de lanas, mitad león, impulsada por dos hombres como si fuese una atracción de circo. El Barong y Rangda luchan, utilizando sus poderes mágicos, pero cuando las cosas van mal para el Barong, sus seguidores empuñan sus kris y se lanzan al ataque de Rangda. Haciendo uso de sus poderes mágicos, esta les sume en un estado de trance y los hombres intentan suicidarse con sus kris. Finalmente, un sacerdote (un Pemangku) hace las ceremonias, para poner fin al trance de los bailarines, y debe sacrificarse un pollo para propiciar a los espíritus del mal.

LA DANZA KETCHAK

Una danza única entre los bailes balineses. Esta representación no está acompañada por ninguna música instrumental sino por un coro de voces masculinas representado por más de 70 personas. Los movimientos de sus cuerpos y de sus manos con fuertes sacudidas balanceándose adelante y atrás, y la escena alumbrada por antorchas justo en el momento del ocaso del sol dan una impresión irreal en este fascinante escenario natural.

La obra representa la eterna historia de Rama Yana, la versión Hindú del Romeo y Julieta pero con un feliz final. Rama (Sr. Romeo) el legal heredero del trono de Ayodia, se fue exiliado del reino de su padre, Dasarata. Acompañado de su esposa, Sinta (Julieta) y su hermano más joven, Laksamana, abandona el palacio de su padre introduciéndose en una selva llamada Dan Dhaka. Rama pasa varias aventuras hasta que finalmente cazando un ciervo de oro. En este momento es cuando Sita queda abandonada sin protección alguna, ya que Laksamana marcha a ayudar a Rama. Es en este momento, cuando Sita es raptada por Rahwana, el rey de los Demonios y la lleva a su reino Alengka. Después de que Rama es asistido por el ejército de los monos, atacan la residencia de Rahwana Lengkapura (Ceilán). Los monos construyen un puente entre Hindustan y Lengkapura y la batalla termina con la victoria de Rama. Después Sinta (Julieta) vuelve con Rama (Romeo).

LA DANZA DE SANGHYANG

También podemos contemplar la danza de los niños (la danza de Sanghyang) antes de 10 años de edad esta danza es la más popular en Bali tiene una importancia tal que incluso en su vejez una bailarina clásica con sus vestidos de manera idéntica, con un brocado dorado muy ajustado, representadas un espíritu divino hechizado. Las bailarinas no están preparadas para las complicadas normas del Legong, aunque danzan en perfecta armonía, pero con sus ojos fuertemente cerrados. Un Pemangku las bendice con agua sagrada y las saca del trance.

Siguiente con la danza de fuego, en el Sanghyang Jaran, un muchacho en trance baila alrededor y a través de una hoguera hecha con cáscaras de coco, montando una palma de cocotero a mano de "caballito". Se la califica de danza del fuego a beneficio de los turistas. Hay que tener mucho cuidado para controlar las fuerzas mágicas que entran en juego. Los expertos siempre deben estar a punto para ocuparse de los bailarines hechizados y sacarles del trance al final.

DANZAS BALINESAS

Danzas que se pueden ver todas las noches en Ubud, suelen empezar sobre las 7 o 7:30 pm y cuestan alrededor de 60.000-80.000 Rp, mas o menos 5 euros), duran aproximadamente una hora o hora y media como mucho.

- Legong
- Barong
- Kecak (también hay danzas de Kecak en el templo de Uluwatu todas las noches a las 6 de la tarde, el sitio desde luego es precioso!)
- Joged
- Jegog (gamelan de bambú gigante)
- Baris
- Ramayana
- Mahabharata
- Wayang Kulit (el teatro de sombras, es muy característico y particular)
- Janger

Las siguientes danzas solo se pueden ver dentro de los templos cuando hay ceremonias.

- Gambuh
- Arja
- Topeng
- Rejang
- Wayang Wong

COMIDA

Indonesia tiene una de las cocinas más amplias del mundo. Bali no se queda atrás, podrá encontrar múltiples posibilidades, desde los restaurantes más lujosos, hasta un humilde puesto de carretera.

La cocina balinesa recibe influencias de todo el mundo, pero su elemento principal es el arroz, hervido o al vapor. Son famosos los preparados de pollo, pato, carne de cerdo, todo tipo de mariscos y verdura. Los sabores son inconfundibles, usando una multitud de sabores : ajo, jengibre, azafrán, albahaca, pimienta, hierba de limón, nuez moscada etc. La cocina balinesa gira en torno a las especias, usando a menudo la leche de coco, que añade un rico sabor y textura cremosa a platos de verduras, carne y pescado.

Normalmente se suele servir un plato de arroz de primero, seguida de una pequeña porción de tres o cuatro platos de verduras o carne, conocido como el lauk, los cuales se colocan en el centro de la mesa para todos los puedan compartir.

No olvide probar el bubur injin , es un postre que no olvidará.

El satay es uno de los platos más típicos. Pinchos de carne de cordero o pollo, con salsa de cacahuets. Lleva salsa de soja, zumo de lima, cacahuets, ajos, curry, miel, etc..

El nasi goreng con pollo y gambas es una excelente combinación. Siempre se acompaña de una poco de salsa sambal olek, para poder dar el toque picante que cada uno quiera

El tupat es un aperitivo, es arroz cocido en hojas de coco.

Si es usted un amante de la fruta, no olvidará su estancia en Bali, ya que podrá encontrar frutas que jamás había imaginado. El duriam, es la fruta por excelencia de Bali, se caracteriza por su fuerte olor. Lleve cuidado que comer demasiado puede producirle un ligero dolor de estómago. También puede disfrutar de otro tipo de frutas como el mango, papaya, piña, melones, etc..

Por cierto, recuerde no comer duriam si bebe alcohol, es una mezcla no muy aconsejable.

Cuando vaya a elegir donde comer, tiene que distinguir entre un rumah makan (casa de comer), o un warung que es un puesto de comida, más informal pero donde puede encontrar una gran variedad de platos, sobre todo diferentes tipos de bocadillos.

Naughty Nuri's es la mejor barbaeca de Bali. El local es punto de reunión para los extranjeros que residen en la zona de Ubud. También tienes aún fresco cada jueves , muy buenas hamburguesas y algunos curries locales y los clásicos pinchos satay. Con platos principales que van desde 1 .

Sate (pinchos morunos) pueden ser de las siguientes cosas:

- © Babi (cerdo)
- © Kambing (cabra)
- © Ayam (pollo)
- © Ikan (pescado)

Puestos de lima kaki (carritos de puestos en la calle) o puestos callejeros (no recomendable para todo el mundo)

- Mertabak (tortilla de verduras)
- Platano frito, tempe, tahu (pisang goreng.....goreng es frito)
- Bakso (sopa de bolas de carne)
- Sate ayam (pinchos de pollo con salsa de cacahuete)
- Roti bakar
- Trangbulan

En restaurantes o warung local

- Rijstafel , un poco de todo, es un típico plato indonesio que tiene un poco de todo lo mas representativo de Indonesia, esta genial!!!
 - Bebek di Bebek Bengil (pato asado en el restaurante Bebek Bengil)
 - Nasi Goreng (arroz frito, nasi es arroz y goreng frito)
 - Nasi Campur (es un arroz que tiene un poco de todo, verduras, sate, carne.....)
 - Mie Goreng (fideos fritos)
 - Fuyung Hai (tortilla de verduras, riquisima!!!)
 - Cap Cay (sopa de verduras)
 - Soto Ayam (sopa de pollo)
 - Betutu Ayan y Betutu Bebek (de pollo y de pato)
 - Gado Gado
 - Tipat
- ❖ 2 cervezas Bintang, 2 coca colas, un agua, 20 pinchos (satay) de calamar a la parrilla y una barracuda de 1.8kg con su arroz y salsas por unas 200.000 rupias, es decir, 14 euros y todo ello sin regatear por el pescado.
- ❖ Una coca cola son 10.000 para que os hagais una idea, la cerveza Bintang 5-7000.

POSTRES BALINESES

- Arroz negro
- Kacang hijau
- Dulces balineses que se pueden comprar en los mercados tradicionales (Laklak, giling gilingkepon, batutuki, rumput laut, es cendol, jajan uli, bubur sagu)

BEBIDA:

Con respecto a las bebidas, son típicos los zumos de frutas, el te indonesio y el café son bastante buenos, así como la cerveza y el vino de arroz Bali Brem.

- Bintang (cerveza de indonesia, muy buena)
- Arak (aguardiente de arroz, super fuerte!!!!!!!)
- Arak Madu (arak con miel y con limón, riquisimo!!!!!!!)
- Brem (vino de arroz)
- Tuak (vino de coco)
- Coco, tomar un coco fresco, esta buenísimo, y si encima ves al hombre como sube a cogerlo hasta la cima del cocotero perfecto!!!!!!!
- Kopi bali, café balines, que es con posos, no a todo el mundo le gusta
- Por supuesto tomar los zumos naturales son increíblemente ricos, a especialmente me encanta el de avocado!!!!!!! (mango, piña, plátano, papaya, aguacate, manzana.....)
- Rujak Kelapa



UBUD

VIAJAR EN BEMO POR LOS ALREDEDORES DE UBUD (TRANSPORTE PUBLICO)

Para quien quiera intentar viajar un poco en transporte publico, desde Ubud hay unos sitios a los que se puede ir en transporte publico, eso si aunque os tendreis que "pelear" con el conductor para que no os cobre el alquiler de todo el autobus!, le decis, tidak privadi, biasa saya! que significa que no lo queréis privado y que queréis normal, vamos, pagando lo normal, aunque os suban un poco no creo que tengamos que criticarles por ello

- Como ir en bemo desde Ubud a Goa Gajah (lo normal podria ser pagar 3.000 rupias por persona, es un bemo de color verde o naranja pequeño que se coge en el mercado de Ubud o en cualquier lado en la carretera principal que va a Peliatan).
- Como ir en bemo desde Ubud a Gunung Kawi (coger el mismo bemo que he comentado antes, el naranja o verde y habria que cambiar de autobus en Bedulu, hasta aqui se podria pagar como mucho 5.000 rupias y aqui caminar hasta la carretera general que va a mano izquierda y dice Tampaksiring, ahí coger otro bemo pequeño de color azul marino, y que os diga donde esta Gunung Kawih, este bemo pasa por la puerta principal de la entrada al parking de Gunung Kawih, este trayecto cuesta un rato ya que son varios kilometros

pasando por pueblos locales, el trayecto total sería como mínimo otras 5.000 rupias o incluso si os piden 10.000 yo creo que también las pagaría!!!!!!).

- Como ir en bemo desde Ubud a Gianyar, coger el bemo de antes el anaranjado o verdoso que va a Gianyar, el trayecto termina allí, os cobrarán como mínimo imagino que 10.000 rupias (el trayecto para la gente local cuesta 5.000 rp).
- A mi personalmente si tengo tiempo me encanta viajar en bemo, ver a la gente local, y estar cerca de ellos, observarles y relacionarme con ellos si te dan pie o hay ocasión, suele ser una manera muy practica de aprender indonesio!!!!!!
- Bemos en Ubud (color verde, naranja y marrón)
- Los bemos marrones son los que van a Tegallalang, a Batubulan (terminal de Denpasar) o a Payangan.

PASEOS POR LOS ARROZALES ALREDEDOR DE UBUD

PASEO AL FINAL DE LA CALLE JALAN KAJENG

Este paseo empieza al final de la calle Jalan Kajeng, esta calle no tiene continuación (Jalan mati, calle muerta), así que en cuanto se llega al final de la calle hay una cuesta y al subir la cuesta te encuentras de pleno con los arrozales.

Sigues el caminito que va a través de campos de arroz y cuando llegas a un riachuelo pequeño giras a mano izquierda y andas un trozo y subes el camino para arriba, hay un pequeño warung con un señor encantador donde puedes repostar un rato y tomarte un coco o lo que quieras y probar los kripuk (tortitas de arroz u otras cosas) que son muy populares para la gente local, y desde ahí tienes dos opciones tirar a la derecha y seguir por el camino hasta que se termine y luego volver otra vez y seguir recto, o si crees que ya has tenido suficiente giras a mano izquierda y sigues por el caminito que va volviendo otra vez a Ubud, en este camino hay algunos warung que venden pinturas locales muy bonitas y muy bien de precio, yo personalmente recomendaría comprar en el primer estudio que te encuentras justo cuando has subido la cuesta y sigues andando a mano izquierda, yo creo que esta persona que esta vendiendo en medio de los arrozales posiblemente necesite mas ayuda que cualquiera que esta vendiendo en el mercado de Ubud o en las tiendas de la calle Monkey Forrest.

Al final del camino se sale a la calle principal de Ubud, cerca del Pura Dalam, donde hay danzas todas las noches (a mi las que mas me gustan son las de los miércoles a las 7 pm, Jegog).

PASEO DE CHAMPUAN

El segundo paseo sería por un camino que empieza en el templo de Champuan donde esta el hotel Ibah, bajas las escaleras y te encuentras con un puente, lo cruzas y subes el camino que va para arriba, sigues todo ese camino que va entre pueblos y arrozales y estudios de pintores, hasta que llegas a la carretera general, en el caminito suele ser muy agradable pararse en algún warung local y tomarse algo sentados en los bancos de madera observando a los niños, las casas o a la gente que va pasando, son warung que tienen de todo y suelen ser super interesantes de mirar todo lo que tienen, probar cacahuets y frutos secos que están envueltos en bolsitas pequeñas de plástico, hay cosas super ricas!.

Cuando llegas a la carretera general tienes que coger a mano izquierda y seguir la carretera todo el tiempo, (aviso hay una bajada que luego viene una subida que pa que!) se pasa por pueblos tradicionales y al final se llega a otra carretera general que es la que va a Ubud (Sanggigan), desde ahí tendríais que parar algún bemo o transporte publico

(de color chocolate o color rojo como autobuses pequeños) para que os traiga a Ubud o volver andando que serán sobre unos 5 km creo, no estoy segura!

PASEO CON VISTAS AL AYUNG RIVER

El tercer paseo sería en el caminito que está al lado del Hotel Cahaya y que pone, vistas al río Ayung River, este sitio lo conoce muy poca gente y a mi particularmente me parece espectacular!!!!!! coges el caminito y vas bajando para abajo hasta el río, las vistas de los arrozales son impresionantes, justo a un lado de los arrozales a mano izquierda hay un pequeño templito metido en una cueva con unos dibujos en la pared de las rocas, tallados en la piedra.....por este río es por donde la gente hace rafting.

A mi me encanta andar entre arrozales y disfrutar de los diferentes tonos de los arrozales a lo largo del año, cuando están recién sembrados y apareciendo unas pequeñas ramitas son preciosos, cuando están super verdes, cuando ya se ha recogido el arroz y están todos los patos limpiando los arrozales es precioso (me tirarían horas viendo a los patos haciendo cosas, me encantan!).según vaya conociendo más paseos por los arrozales los iré compartiendo con vosotros/as vale!.

PASEO DESDE GOA GAJAH HASTA YEH PULU

Me acabo de acordar que otro paseo bonito es desde el templo de la cueva del elefante (Goa Gajah) hasta Yeh Pulu, aunque este paseo es más entre las calles del pueblo que está entre los dos templos, es una forma bonita de ver los pueblos balineses.

RAFTING EN EL RIO AYUNG EN UBUD

- El río Ayung está cerca de Ubud y es el río más popular para hacer rafting en Bali.
- Los paisajes son increíblemente bonitos y yo siempre aconsejo hacer rafting a todo el mundo que viene porque las vistas son super bonitas, ir bajando con la balsa a través de arrozales y bosques de palmeras y cocoteros es algo que yo creo puede ser inolvidable, además hay dibujos tallados en las rocas que están en la orilla del río. El nivel del rafting es bajo así que es seguro para todo el mundo.
- Nuestra ONG tiene un contrato con la empresa Sobek que es la empresa que más años lleva haciendo rafting en Bali, por medio de dicho contrato, ellos nos dan una comisión si les mandamos clientes. www.balisobek.com
- El precio es de 60 dólares por persona, e incluye, un seguro, la comida, y que te recojan y te vuelvan a llevar al hotel, el trayecto en el río dura más o menos dos horas, hay turnos a la mañana y turnos a la tarde.

COMPAÑIAS PARA EL RAFTING:

1. <http://www.balisobek.com/>

Adult USD 79 - Children (7-15 years) USD 52

Daily Pick-up Times

Trip	Nusa Dua-Jimbaran	Kuta	Sanur	Ubud
Morning A	07.45 - 08.15	08.00 - 08.30	08.30 - 09.00	08.45 - 09.15
Morning B	08.45 - 09.15	09.00 - 09.30	09.30 - 10.00	09.45 - 10.15

Afternoon 12.15 - 12.45 12.30 - 13.00 13.00 - 13.30 13.15 - 13.45

Trip duration

Preparation : 0.5 hours , rafting : 1.5 - 2 hours, lunch, shower, change clothes : 0.5 - 1 hour

What to Wear

Shorts or swimming gear, T-shirt * Sport shoes/sandals, Hat & sunscreen recommended & a change of clothing.

2. <http://www.ayungriverrafting.com/> PRECIO: 72\$ ADULTO, 50\$ NIÑOS. 220\$ FAMILIA

Pick Up Time

Morning	Midday	Afternoon
07.30 - 08.00	09.30 - 10.00	11.30 - 12.00

3. www.visionbali.com <info@visionbali.com>

- Comida Incluida. Duración 5 horas.
Salida: 08.45-09.00 AM, vuelta: 14.00-14.30
Salida: 13.15-13.30, vuelta: 18.15-18.30

Precio:

N Person	1	2-5	6-9	10-UP
US\$/PP	40.00	40.50	35.50	30.00

INCLUIDO: Transporte ida y vuelta, la comida y equipaje deporte.

4. <http://www.bali-indonesia.com/soft-adventure/ayung-river.htm> ADULTOS 51\$

- Includes: Air conditioned vehicle transfer from/to hotel. Buffet lunch. All safety equipment. Hot shower and changing room, towels. Insurance.
- Excludes: Personal expenses such as drinks, tips, insurance etc. Other service not mentioned on this program.

A nosotros la bajada por los rápidos nos encantó, no son unos rápidos muy fuertes por lo que no tienen peligro, pero son suficiente como para hacerte pasar una experiencia divertida, lo que recordamos con más cariño es el paisaje de las gargantas, la vegetación y los animales así como los sonidos de la selva.

Fuimos en una balsa tipo zodiac, con un guía encantador, la balsa es para cuatro más guía, nos tocó con unos chinos que no hablaban mucho por lo que monopolizamos a nuestro capitán de bote y éste nos explicó como bajaban los monjes a comer las frutas que caían en el río, los árboles que había y los pájaros que habitan la selva.

Nos paró en varios recodos para hacer fotos, nos bañamos bajo una cascada enorme (de unos 20 metros de caída) y jugamos en un recodo del río tirandonos por las rocas como si fueran toboganes.

SITIOS PARA MASAJES EN UBUD

EL ZEN SPA

Esta situado en la calle Jalan Hanoman en Ubud, a unos diez minutos andando desde el Bosque de los monos (Monkey Forrest) o a cinco minutos andando desde el Bebek Bengil Restaurante.

Jl. Hanoman - Ubud - Bali - Indonesia. Phone: 0361-970976 Fax : 0361-974688

Esta abierto desde las 9 de la mañana hasta las 8 de la tarde

E-mail : contact@zenbalispa.com Web site: www.zenbalispa.com

Quizás Mandi Lulur sea el masaje mas popular entre los turistas que vienen a Bali, es un masaje tradicional que termina con un baño de flores, dura 1.45 minutos y cuesta 150.000 Rupias (10 mas o menos), a parte del Mandi Lulur hay baños de especias, baños de leche.

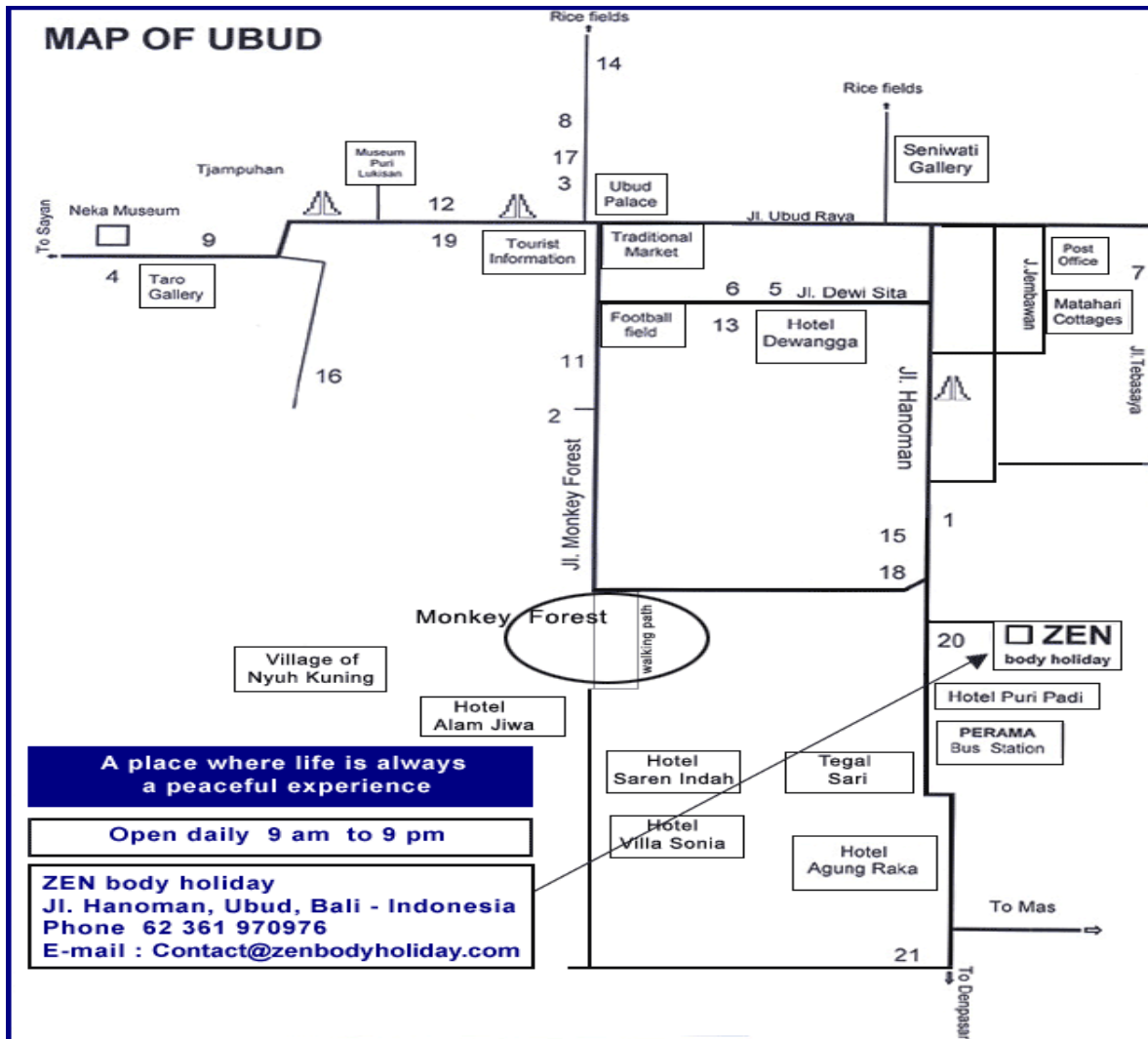
A la ONG nos dan comision si les mandamos clientes, así que por favor si queréis ayudarnos os podemos hacer nosotros la reserva o la podéis hacer vosotros mismos y decirles que vais de parte de Kupu-Kupu Foundation y luego nos mandáis un correo cuando podáis diciendo el día que habéis estado para que nosotros podamos recoger la comision.

Como contactar con nosotros ongkukupu@yahoo.com

TRATAMIENTOS

- Traditional Body Massage: Choose your oil (optional), and then take three deep breaths, relax and let us work on your body. Acupressure, deep tissue, and traditional body massage. 1 hour Rp. 100,000 1 hour 30 min. Rp. 150,000
- Mandi Lulur - Floral Bath 1h 45 min.: 17th century Javanese royal treatment. A traditional body massage followed by a body scrub with turmeric, sandal wood and rice powder, an exfoliation of yoghurt to eliminate toxins, and a fragrant blossom bath. Rp. 150,000
- Mandi Rempah - Spice Bath - 1h 45 min.: A therapeutic blood circulation treatment. A therapeutic blood circulation treatment begins with a relaxing body massage, followed by an exhilarating spice scrub, and ends with a warm, soothing bath of herbs and spices. Price: Rp. 160,000
- Mandi Susu - Milk Bath - 1h 45 min: Queen Cleopatra's secret for beauty and longevity! Following a deep tissue massage, your body is treated with an herbal scrub, a milk and yogurt body mask, and a relaxing milk soak/bath with flowers. Price: Rp. 150,000 Shoulder massage 30 minutes: An efficient relief for neck, shoulder and upper back tension (no shower). Price: Rp. 60,000.
- Feet Massage 30 minutes: A special procedure used to eliminate tension and relieve tired feet. Price: Rp. 60,000

- Aromatherapy Essential Oil: Although our massage treatments do include basic sandalwood oil, you may want to treat your body and mind with essential oil. Each one has its respective function.
- Peppermint - Lavender: Ylang Ylang - Clove/Orange. Rp.15,000.
- Meditation (mixture of eucalyptus, ylang ylang, mint, geranium, and cassia): Rp.25,000



SARA SPA

Es un sitio barato, su personal es profesional. tarifas: masaje balinés de 60' 40.000 rupias; de 120' 75000
 Dirección Monkey Forest Rd (entrada por el restaurante Lotus) Ubud . Teléfono 081 2464 2222

SOMA SPA

Jl. Monkey Forest. Ubud (0361) 975418 x151

Soma Spa is located on Monkey Forest Rd. This place is jointly owned by the attached hotel and another interest. The staff are attentive and polite, the atmosphere more like a neat and tidy hotel, than a Balinese local place. Massage rooms are large and bright.

Treatments offered include:

- ☉Manicure \$8
- ☉Pedicure \$15
- ☉Foot Reflexology (45 mins) \$15
- ☉Traditional Facial with Biokos (45 mins) \$18
- ☉Soma Massage (60 mins) \$20
- ☉Balinese Healing Treatments (90 mins) \$30
- ☉Mandi Lulur / Body Scrub (120 mins) \$40
- ☉Body Mask (120 mins) \$40

UBUD INN & SPA

Jl. Monkey Forest (0361) 975071

Treatments include:

- ☉Traditional Massage (60 mins) 120,000rp
- ☉Relaxation Massage (60 mins) 120,000rp
- ☉Tension Relief Massage (30 mins) 90,000rp
- ☉Foot Massage / Reflexology (40 mins) 100,000rp
- ☉Garden Scrub (60 mins) 150,000rp
- ☉Coconut Scrub (120 mins) 250,000rp
- ☉Javanese Lulur (120 mins) 250,000rp
- ☉Aloe Avocado Wrap (60 mins) 150,000rp
- ☉Boreh Bali (120 mins) 250,000rp
- ☉Ubad - Bali Treatment (120 mins) 250,000rp
- ☉Calming Back Treatment (60 mins) 150,000rp

VERONA SPA

DAY SPA: Open from 09.00 am until 09.00 pm Jln. Monkey forests, Ubud - Bali- Phone (0361)-970975 - Fax (0361)-970978 Email :info@veronaspa.com. Este Spa tambien colabora con la ONG KUPU KUPU.

The single and double rooms are available and surrounded by rice field. The Verona Spa is open daily from 09.00 am until 09.00 pm and offers a slice of tranquility away from the busy hustle and bustle of monkey forest street Ubud. To make sure you come in right place, please call direct to get Free Pick Up Only.

- Javanese Lulur (1 hour 45 minute) 17th. century Javanese royal treatment. After a one-hour massage, your body is scrubbed with lulur (turmeric, sandal wood, and rice powder) to remove dead skin, an exfoliation of yoghurt to eliminate toxin, and ends soaking aromatic flower bath. Rp. 135.000
- Spice Bath (1 hour 45 minute) A therapeutic blood circulation treatment First enjoy one- hour massage, and then followed by an exhilarating spice scrub, and ends with a warm, soothing bath of herbs and spices. Rp.150.000

- Milk Bath (1 hour 45 minute) Queen Cleopatra secret for beauty in longevity. First enjoy one-hour massage, and your body treated with a milk base exfoliating scrub, finally immerse yourself by soaking in bathtub scented with milk & flowers. Rp. 135.000
- Sea Salt Scrub (1hour 45 minute) After one-hour massage then sea salt scrub and essential oil scrubbed your body to clean the skin, remove dead skin and impurities, then finishes by soaking warm sea salt water with full of aromatic flowers. Rp. 135.000
- Balinese Boreh (1 hour 30 minute) This treatment is a centuries-old recipe using purely and simply an herb and spice. Which are designed to increase the blood circulation and ease aches and pains. This treatment including one-hour massage. Rp. 150.000
- Tropical Fruit Bath (1hour 30 minute). This treatment begin with a hour massage the followed with blend fresh papaya apply to the body as mask then cover with plastic sheet and leave for 15 minutes. Finishes by soaking in aromatic flowers bath.. Rp. 150.000
- Honey Bath Treatment (1hour) This treatment start with a hour massage using pure of traditional honey mixed with squeeze if time then honey body scrub, scrubbed your body, plastic sheet cover your body by smearing your body with honey, Finishes by soaking in aromatic flower bath. Rp. 150.000
- Sun Burn Treatment (1 hour) This treatment using blended fresh Aloe vera, avocado and cucumber then apply to the body and cover with plastic sheet, leave for 25 minute to cooling your body. Reflexology



treats your feet and hand. Treatment finishes with soaking in aromatic flower bath. Rp.115.000

SPAS UBUD AREA

Aura Spa Address: Jl. Bisma 9 Ubud

Aroma Talk Spa Ubud Address: Jl. Panestanan Ubud

Alam Wangi Spa Address: Nyih Kuning Villages, Ubud

Bliss Spa at Ananda Cottages Address: Campuhan Ubud, Gianyar 80571

Anugerah Traditional Massage & Therapy Address: Jl. Hanoman 17 Ubud

Amandari Being at Amandari Resort Address: Jl. Raya Sayang, Ubud

Agung Sari Spa Address: Jl. Raya Sanggingan Ubud
Aniniraka Spa at Aniniraka Resort & Spa Address: Jl. Campuhan Sanggingan Ubud
Astiti Spa Address: Jl. Hanoman 60, Ubud
Ayung Spa at Ubud Hanging Garden Resort Address: Payangan Ubud
Bodyworks Massage Centre Address: Jl. Hanoman Ubud
Beji Spa at Pertiwi Resort & Spa Address: Jl. Monkey Forest Ubud
Bollywood Spa Address: Jl. Monkey Forest Ubud
Bali Botanica Spa Address: Jl. Raya Sanggingan Ubud
Bali Masari Spa Address: Jalan Pantai Purnama - Banjar Gelumpang Sukawati
Bliss Salon & Spa at Lumbung Sari Cottages Address: Jl. Monkey Forest Ubud
Beji Ayu Spa Address: Jl. Monkey Forest, Gang Beji Ubud
Barong Spa at Barong Resort Address: Jl. Monkey Forest Ubud
Bali Ratu Spa Address: Jl. Pengosekan Ubud
Boreh Ayu Spa Address: Jl. Penestanan Ubud
Como Shambhala Spa- Begawan Estate Address: Begawan Ubud
Como Shambhala Spa - Uma Ubud Estate Address: Jl. Raya Sanggingan Ubud
Cendana Spa at Cendana Resort Address: Jl. Monkey Forest Ubud
Cantika Spa Address: Jl. Panestanan Ubud
Citra Estetika Spa at Biyukukung Suite & Spa Address: Jl. Sugriwa 89 Ubud
Caroline Beauty Salon Address: Jl. Jembawan 1A Ubud
Dewi Massage & Beauty Care Address: Jl. Penestanan Ubud
Drupadi Spa at Sahadewa Resort Address: Jl. Hanoman Ubud
Dewa's Traditional Massage Address: Jl. Monkey Forest 88 Ubud
Dewi's Secret Beauty & Spa Address: Jl. Monkey Forest 88 Ubud
Dirga Sacea Health Spa Address: Jl. Banjar Buean, Desa Batuan Sukawati Ubud
Eve Spa 1 Address: Jl. Penestanan Ubud
Eve Spa 2 Address: Jl. Monkey Forest, Ubud
Giri Loka Spa at Anahata Villa & Spa Resort Address: Jl. Tampak Siring, Ubud
Jamu Traditional Spa at The Payangan Villa Resort Address: Kedewatan, Ubud
Jati 3 Spa at Jati 3 Bungalow Address: Jl. Monkey Forest, Ubud
Jojo Bali Spa at La Subak Villa Resort Address: Mambal, Ubud
Jalan Jalan Spa at Jalan - Jalan Villa & Spa Address: Jl. Raya Pengosekan, Ubud
Kori Ubud Tropical Spa at Kori Ubud Resort Address: Jl. Raya Sanggingan Tjampuhan, Ubud
Komaneka Spa at Komaneka Resort Address: Jl. Monkey Forest, Ubud

Kirana Spa Address: Kedewatan, Ubud
Lembah Spa at The Viceroy Villa Address: Nagi, Ubud
Lila Ulangun Spa at Puri Wulandari Resort Address: Kedewatan, Ubud
Lala Spa Address: Jl. Hanoman 43B, Padang Tegal, Ubud
Le Spa at Kupu Kupu Barong Resort Address: Kedewatan, Ubud
Made Beauty Salon Address: Jl. Raya Pengosekan, Ubud
Mango Tree Spa at Kupu Kupu Barong Address: Kedewatan, Ubud
Milano Salon Address: Jl. Monkey Forest, Ubud
Natural Spa at Natura Resort & Spa Address: Laplapan, Ubud
Nur Traditional Beauty Salon Address: Jl. Hanoman 28, Padang Tegal, Ubud
Nuriani Spa Address: Jl. Hanoman, Pengosekan, Ubud
Puri Asri Spa at Puri Asri Hotel Address: Petulu Village, Ubud
Puspa Salon Address: Jl. Monkey Forest, Ubud
Padma Hastaa Spa Address: Jl. Monkey Forest, Ubud
Portopia Spa Address: Jl. Raya Penestanan, Ubud
Pertenin Body Care at Tegal Sari Aecomodation Address: Jl. Jatayu, Padang Tegal, Ubud
Rueira Villa Spa Address: Jl. Raya Sayan, Ubud
Raditya Studio Address: Jl. Jembawan 9X, Ubud
Spa at Maya Ubud Resort Address: Jl. Gunung Sari, Peliatan, Ubud
Spa Alila at Alila Ubud Resort Address: Payangan, Ubud
Sara Spa Address: Jl. Monkey Forest, Ubud
Sedona Spa Address: Jl. Raya Tjampuhan, Ubud
Spa Hati Address: Jl. Raya Andong 14, Peliatan, Ubud
Sri Devi Spa at Ina Inn Address: Jl. Bisma, Ubud
Sejati Spa at Bagus Jati Tegallalang Address: Tegallalang
Sambahan Spa at Sambahan Guest House Address: Jl. Suweta 67, Ubud
Suly Spa at The Suly Resort & Spa Address: Jl. Cok Rai Pudak, Peliatan, Ubud
Spa at Kakiang Bungalow & Spa Address: Jl. Raya Pengosekan, Ubud
Soma Spa at Champlung Sari Hotel Address: Jl. Monkey Forest, Ubud
The Spa at Ibah Luxury Villas Address: Jl. Raya Tjampuhan, Ubud
Tjampuhan Spa at Hotel Tjampuhan Address: Jl. Raya Tjampuhan, Ubud
Spa at Taman Rahasia Boutique Resort & Spa Address: Jl. Raya Penestanan, Ubud
The Semana Spa at Villa Semana Address: Banjar Semana, Desa Singakerta, Ubud
Spa at Tepi Sawah Villas Address: Peliatan, Ubud

The Spa at The Chedi Club Hotel Address: Jl. Goa Gajah, Tengkulak, Ubud

The Wibawa Spa at Fibra Inn Address: Jl. Monkey Forest, Ubud

Tai Chi Ashi Address: Jl. Hanoman, Padang Tegal, Ubud

Tiing Gading Spa Address: Jl. Sukma, Tebesaya, Ubud

Tri Nadi Health Centre Address: Jl. Bisma 69, Ubud

Spa at Ubud Inn & Spa Address: Jl. Monkey Forest, Ubud

Ubud Village Spa at Ubud Village Resort Address: Jl. Raya Nyuh Kuning, Pengosekan, Ubud

Ubud Sari Health Spa Address: Jl. Kajeng 35, Ubud

Waka Di Ume Spa at Waka Di Ume Resort & Spa Address: Jl. Suweta, Banjar Sambahan, Ubud

Waka Namya Spa at Waka Namya Resort & Spa Address: Jl. Raya Penestanan, Ubud

LAVANDERIA UBUD

BAKTI

Dirección Monkey Forest Rd. Teléfono (+62-361)975690/970825

Precios: Camisa: 2.000; Camiseta: 1.800; Pantalón corto: 2.000; Pantalón: 2.500; Vestido: 2.250; Toalla: 1.500; Ropa interior: 1.000. Servicio express +50%.

RESTAURANTES Y BARES DE UBUD

- Alila Ubud, Payangan. Pertenece a Alila hotels and resort. Un ambiente muy cálido.
- Arys Warung, Ubud. Auténtica cocina balinesa. Disfrute de alimentos frescos.
- Beduur Restaurant, Ubud. Vistas panorámicas del valle y el pintoresco telón de fondo del templo. Beduur Restaurant ofrece los placeres de la cocina francesa y asiática y balinesa.
- Bebek Bengil (el famoso pato asado, escoger el sitio que mas os guste para sentaros entre todos los que hay porque hay sitios muy bonitos, el pato puede parecer seco pero al final le gusta a casi todo el mundo!).
- Café des Artistes, Ubud. Un atractivo y moderno hide-away, Café des Artistes es un lugar atractivo con más de un toque occidental. Es un lugar para disfrutar de buena comida, tanto a nivel local como internacional
- Café Lotus, Ubud. Ubud situado en la carretera principal (Jalan Raya), en el centro de la ciudad, es el más espectacular restaurante: Café Lotus. El escenario es magnífico, un gran estanque de loto enmarcado por la floración de árboles antiguos. Uno de los restaurantes más consolidados en Ubud. Os recomiendo el Rijstafel, un plato para dos personas, de arroz amarillo y porciones de toda la comida mas popular de Indonesia, tempe, tahu, sate, bolitas de patatas, betutu, bebek

- Café Wayan Monkey forest road junto al Kajane Mua. Iros hasta el fondo que hay unos sitios super bonitos para sentarse tranquilamente
- Casa Luna, Ubud . Restaurante Casa Luna, con su atmósfera relajada tropical, ofrece una buena selección de platos de cocina mediterránea y balinesa. Situado en la carretera principal, justo debajo de la aldea de mercado, es una de las favoritas de los visitantes de todo el mundo. Ejemplos de su menú: Paella al estilo balinés, Balinese Satay, Ravioli de calabaza, Atún Tostada , Yogur torta de chocolate.
- CasCades, Ubud . El establecimiento de lujo es de estilo balinés abierto con pabellones de altos tejados, rodeado por un bosque tropical, con hermosos acabados de madera. Se ha dicho que CasCades es uno de los restaurantes más hermosos del mundo. Es uno de los restaurantes más románticos que podrá encontrarse. 972 111
- Cinta Grill, Ubud . Se caracteriza por su frescura y sabor, que ofrece una amplia gama de platos a nivel mundial.
- Indus Restaurant, Tjampuhan . Indus restaurante está a sólo cinco minutos en coche del centro de Ubud. Se pasa por alto el río Tjampuhan y goza de impresionantes vistas de las colinas circundantes. En un día claro, se puede ver al poderoso Gunung Agung, en el este, y en una luna llena, hay una espectacular vista desde la terraza.
- Jazz café actuaciones en directo de 7:30 a 10:30 976594
- Kafe Batan Waru, Ubud
- Kampung Cafe, Tegallalang . La pequeña aldea de sueño Ceking, a cinco kilómetros de distancia de Tegallalang. Abajo en un lado de la carretera principal, y colgando del borde de un acantilado, este pequeño y encantador lugar le sorprenderá.
- Lamak Bar & Restaurant, Ubud . Espectacular diseño por el renombrado arquitecto y paisajista Made Wijaya (Michael White) se complementa con la escultura de acero de Pintor Sirait.
- Lotus Lane, Ubud
- Makan Padang, es comida típica de Sumatra, son chiringuitos que tienen todos los platos expuestos en un escaparate (carnes, pescado, verduras, tempe, tahu, huevos) y tu vas eligiendo lo que quieres que te pongan en el plato, es barato y la comida está muy muy buena, si no os gustan los picantes acordaros de decir (Tidak pedas! no picante!)
- Mozaic Restaurant Culinare, Ubud . Le ofrece una noche de descanso y el disfrute puro. Un pasillo lleva a un jardín tropical muy elegante. El chef le ofrecerá los menús de degustación y tendrá la oportunidad de saborear lo que es verdaderamente un desfile de las siempre cambiantes creaciones culinarias. Mozaic le transporta a un paraíso gastronómico. Restaurante Chef mosaico y Salans han sido honrados con elogios en todo el mundo por la

excelencia de su cocina y la belleza del entorno. Mosaico es el único restaurante en el sudeste de Asia seleccionados por Traditions & Qualité como uno de los cuadros Les Grandes del Mundo (Gran Cuadros del Mundo) y que tiene su carta de vinos, año tras año, otorgado por Wine Spectator. 975 768.

- Murni's Warung, Ubud . Muy recomendado por sus postres. El restaurante está decorado con el arte de la colección Murni, incluidas las pequeñas tallas de alta en las paredes. 975 233
- Nomad's. Un lugar realmente entrañable y con una excelente comida.
- TeraZo Restaurant, Ubud . Situado en Ubud en Suweta, en una calle tranquila, a sólo dos pasos del centro de la ciudad. Recientemente remodelado por el equipo de diseño internacional de Hananto Lloyd, ahora TeraZo ofrece diversas características, como un banquette comedor, un elegante salón.
- Warung Enak, Ubud . Es un elemento imprescindible de la vida diaria de Indonesia de un simple puesto de venta de alimentos básicos, alimentos tradicionales. 972 911
- Warung Ibu Oka : Comer Babiguling (Cerdo asado) a un lado del Palacio de Ubud, es un sitio super popular tanto para turismo local como para turistas extranjeros, el sitio es muy sencillo, pero el cerdo esta muy sabroso/(babi gulin , cochinito asado tipico balines)
- Warung Lada (en Jalan Hanoman)
- Warung Mie Jakarta (al lado de la tienda de la ONG en la calle principal Jalan Raya Ubud, esquina con Jalan Hanoman, en frente del Banco BPD).
- Warung Lokal (el mas barato de todos, es un warung totalmente local, esta en la calle donde esta el restaurante Nomed haciendo esquina, en la calle que se mete para adentro y andas un poquito y te lo encuentras a mano derecha, un sitio totalmente local con mesas y asientos de bambú, el ayam goreng con sayur esta divino/ pollo con vegetales, y el Fuyung Hai (tortilla de vegetales), y el Mie Goreng, y el Nasi Goreng. Aqui se come perfectamente por menos de un euro por persona, con la bebida incluida.
- El Bunbu es un restaurante balines donde puedes pedir el Ristafel que te ponen de todo. Te tiene que gustar el picante, sino lo pasaras mal. Llama para reservar. Lo puedes pedir en recepción y ellos te lo hacen.

QUE SE PUEDE HACER EN UBUD Y ALREDEDORES

- Pasear por los arrozales de los alrededores de Ubud
- Visitar el mercado (tanto el de artesanía como el de frutas y verduras o mercado local)
- Ir a ver alguna ceremonia, sentarte y observar . Ver danzas balinesas
- Comer babiguling en Ibu Oka
- Tomarte un kopi bali (café balines) sentadita en un warung local
- Pasear por las calles no turísticas (fuera de Monkey Forrest y Jalan Hanoman)
- Recibir un masaje, mandi lulur
- Hacer rafting en el río Ayung
- Comer en algún warung local
- Ir a ver a las garzas en Petulu sobre las 5 de la tarde que es cuando vuelven al pueblo. Tomarte un café en la terraza de alguno de estos sitios con vistas al río Ayung: Four Seasons en Sayan, el Amandari, el Cahaya, el Kupu-Kupu Barong, el Begawan Giri Resort, el Hanging Gardens, Alila.



EXCURSIONES EN UBUD

BD 1 EXCURSIÓN JATILUWIH, BEDUGUL Y TANAH LOT Esta es la ruta en la que veremos más naturaleza, empezaremos con la visita Taman Ayun, que es un templo estatal que está rodeado por un foso, junto a un pequeño lago, situado en el pueblo de Mengwi. Luego visitaremos Jatiluwih desde donde admiraremos el precioso paisaje de los arrozales escalonados. A continuación visitaremos Candi Kuning para ver el mercado de las frutas, especies y bonsáis. Luego continuaremos hacia Bedugul, donde se encuentra su famoso templo de Ulun Danu, que está dedicado al Dios del lago. En Alas Kedaton visitaremos el bosque de los monos sagrados y el templo del pueblo. Y como última parada el templo de Tanah Lot es un templo construido sobre un islote en el océano y un magnífico lugar para ver el atardecer más famoso del mundo. **Gobleg y la Cascasa**

BD 2 EXCURSIÓN PENGLIPURAN, KEHEN Y EL VOLCÁN KINTAMANI Esta es la ruta más cultural, se empieza con la visita a Penglipuran, que es un pueblo tradicional balinés donde también se puede ver el bosque de caña de bambú que hay a su alrededor. Continuaremos con Kehen, que es un hermoso templo, fue construido en el siglo XII y tiene un enorme árbol banano que fue plantado al mismo tiempo que se construyó el templo. A continuación iremos hacia Kintamani, donde se encuentra el volcán activo con su cráter y el lago Batur. Seguidamente visitaremos Sebatu donde se encuentra el templo del manantial sagrado. Y como última parada Tegalalang que es un famoso campo de arrozales escalonados. **Gunung Kawi y Tirta Empul.**

BD 4 EXCURSIÓN AL ESTE DE LA ISLA DE BALI

Esta es la ruta más montañosa. Empezaremos con la visita a Klungkung, que es el centro artístico y cultural de Bali, aquí se encuentra Kerta Gosa (palacio justicia) y Bale Kambang (pabellón flotante) que son dos pabellones que están decorados al estilo de Kamasan. Luego iremos Besakih, que es el templo madre de Bali. También visitaremos Selat, Iseh y Putung que son pueblos montañosos de la parte este de la isla. Por último veremos el templo de la gruta de los murciélagos de Goa Lawah. **Tirtaganga piscinas reales**

GUIAS

- **MADE SUMADI** (antonio) E-mail: bali_antonioimas@yahoo.com
- **MARIO** con 45 euros la pareja te hace todo el viaje. Aparte es un tío super cachondooo y juerguista, os explica todo y aparte os cuenta todo lo q de verdad hay q contar. Le pagamos 50 dolares por todo el día, incluido el chófer. No nos llevó a ninguna tienda y habla bien el castellano. Si quieres conectar con el mario widi@hotmail.com
- **KARDI** Otro guía que no tiene precio es lo que vosotros queráis darle, espectacular estuvo con nosotros desde las 9am hasta 9pm todos los días, e-mail nikokardi@yahoo.es.
- **RAFAEL** y es genial, muy educado, puntual y formal. Si le contactas dile que su e-mail te lo dio Ara: kutapesona@dps.centrin.net.id
- **SUKI**, habla español: balideglidei@yahoo.com. Vive en Denpasar y trabaja por su cuenta. Es una persona muy agradable y siempre dispuesta a enseñaros lo que vosotros queráis, el bali tradicional, el bali turístico, pueblecitos, tradiciones.....

- **YANIK** es un chico balines que vive cerquita de Ubud y habla perfectamente español. Es guía para los grupos y clientes del Corte Inglés y varias agencias de viajes de España. Es una persona encantadora que conoce muy bien su isla, historia, costumbres, rineones, tradiciones. Es una persona sencilla y muy entrañable.
- **WAYAN GEDE ARTINA**: Tiene 28 años Vive en JL.Penampararam Gg.Rafflesia N 9 Denpasar Barat -BALI teléfono: 628123686836. wyantik@yahoo.com.
- **KETUT**: 081338539235.
- **Coche con conductor**: nosotros pagamos el año pasado en torno a 230.000 INR (20 euros) por día (8-10 horas). Te empiezan pidiendo 450.000 INR o más. Regatea duro y que quede claro que la gasolina va incluida. Hay un montón de conductores en la calle y la mayoría son gente encantadora que como mínimo chapurrea el inglés.
- **El coche sin conductor** (gasolina no incluida) creo que lo conseguirías por unos 10 euros o algo menos.

KUTA-LEGIAN-SEMINYAK

GUIA

- **MADE**: 085.238.726.739 (El mejor. Fue nuestro taxista en Seminyak, pero va donde lo llaméis. Muy buena persona).

VISITAS

Salida sobre las 14h de Seminyak con Made

14euros (total los 2, comida, entradas y compras aparte)

- **Uluwatu** es el templo de la parte sur de la isla mas fabulosa, constuido sobre una orilla de un acantilado de unos 200 m sobre el nivel del mar. La vista al oceano es verdaderamente impresionante especialmente para ver la puesta del sol. (Si llegáis con tiempo y queréis comprar cositas, mejor llegar con tiempo, hay muchísimos puestos!)

LAVANDERIA SEMINYAK

En Jl. Seminyak tienes un 5 a Sec, antes del cruce con Jl. Kerobokan.

SPAS KUTA-SEMINYAK AREA

- Anika Spa & Hair Beauty Salon Address: Jl. Singosari No. 55 A Kuta
- Aphrodisia Spa Address: Komplek Burung Jl. Bec No. 5 Tuban
- Antique Spa Address: Jl. Dukuh Indah, Banjar Semer Umalas Kerobokan
- Amoaras Spa Address: Jl. Laksamana 57 Oberoi Seminyak
- Akyhati Spa Address: Jl. Bambak 88X Umalas Kerobokan
- Aroma Episode Spa Address: Jl. Nakula, Sunset Rood Seminyak
- Arum Spa Address: Jl. By Pass Sunset Rood Seminyak
- Athena Hot Spring Spa Address: Jl. Athena II No.3 Padang Sumbu, Denpasar Barat
- Aya Spa Address: Jl. Laksmana, Basangkasa, Seminyak
- Bunga Bali Spa at Casa Padma Hotel Address: Jl. Yudistira Legian Kuta
- Bali Spa at Mercure Hotel Kuta Address: Jl. Raya Pantai Kuta
- Balisari Spa Center at Balisari Inn Address: Jl. Jenggala/Wana Segi Tuban
- Bali Sari Salon & Day Spa Address: Jl. Jenggala/Wana Segi Tuban
- Bali Ratu Kuta Spa Address: Jl. Ciung Wanara No.2
- Bali Ratu Tiara Spa
Address: Jl. Kartika Plaza No. 18 Kuta
- Beach Salon & Spa Kuta Address: Jl. Raya Pantai Kuta
- Body Fit House Address: Jl. Singosari 35
- Bodyworks Spa Address: Jl. Kayu Jati 2 Petitenget
- Bonita Spa Address: Jl. Patitenget 2000X Kerobokan
- Bali Massage School Address: Jl. Kayu Jati 8 Kerobokan
- Bali Beauty Spot Address: Jl. Blambangan 20X Kuta
- Callego Massage Address: Jl. Taman Ganesha Kerobokan
- Cool Spa Address: Jl. Kayu Cendana COOL Basangkasa Seminyak
- Cantik Bali Spa Address: Jl. Raya Dewi Sri 16 Sunset Rood
- Capek-Capek Massage & Reflexology Address: Jl. benesari Kuta
- Chill Reflexology at The Villas Bali Address: Jl. Kunti Seminyak
- Chez Bali Spa at Chez Bali Villas Address: Jl. Beraban Kerobokan
- Dala Spa at Villa de Daun Address: Jl. Legian 123B, Kuta
- Discovery Fitness Club at Discovery Kartika Plaza Hotel Address: Jl. Kartika Plaza Tuban
- Damen Salon & Spa Address: Jl. Kartika Plaza Tuban
- Escape Spa Seminyak Address: Jl. Raya Seminyak Kuta
- Febri's Spa at Febri's Hotel & Spa Address: Jl. Kartika Plaza, Kuta

Fresh Green Spa Address: Jl. By Pass Ngurah Rai IIA, Kuta
Green Garden Spa Address: Jl. Wana Segara, Tuban
Griya Bugar Address: Jl. By Pass Ngurah Rai, Tuban
Galuh Bali Spa Address: Jl. By Pass Ngurah Rai, Tuban
Inko Bali Club Address: Jl. By Pass Ngurah Rai 689 Kuta
Jasmine Aromatic House Address: Ruko Tuban Plaza 17, Jl. By Pass Ngurah Rai, Tuban
Jamu Nature Spa at Alam Kulkul Resort Address: Jl. Raya Pantai Kuta
Jamu Spa School Bali Address: Jl. By Pass Ngurah Rai 99X, Tuban
Jari Jari Reflexology & Body Massage Address: Jl. Kediri 82B, Tuban
Jari Menari (Dancing Fingers) Spa Address: Jl. Raya Basangkasa 47, Seminyak
Kuta Bugar Address: Jl. Setiabudi 23, Kutas
Kamboja Bali Salon & Spa Address: Jl. Legian 350, Kuta
Kakiku Foot House Address: Jl. By Pass Ngurah Rai, Kuta
Kawas Spa at Kuta Beach Club Address: Jl. Singosari 81, Kuta
Kawas Spa at Bali Rani Hotel Address: Jl. Kartika Plaza, Kuta
Kawas Spa at Ramayana Hotel Address: Jl. Kartika Plaza, Kuta
Kawas Spa at Rama Beach Hotel Address: Jl. Jenggala, Kuta
Krisna Body Treatment & Beauty Salon Address: Jl. Raya Kerobokan 63, Kuta
Lexu Lounge Spa at Sentose Private Villas Address: Jl. Pura Telaga Waja, Kerobokan
Matahati Massage Address: Jl. Mertanadi 86E, Kerobokan
Maxi Spa at Maxi Hotel Address: Jl. Legian 83A, Kuta
Maru Midori Beauty Salon & Spa Address: Jl. Kayu Jati 10, Kerobokan
Martha Tilaar Salon & Spa at Desamuda Villages Address: Jl. Raya Basangkasa 30A, Seminyak
M Spa Address: Jl. Laksamana 4A, Kerobokan
Melasti Salon & Spa at Melasti Beach Bungalow Address: Jl. Dewi Sartika
Melasti Salon & Spa at Melasti Beach Resort Address: Jl. Padma Utara, Legian
Mirah Spa & Beauty Salon Address: Jl. Padma, Legian
Mystique Spa Address: Jl. Petitengget 2000XX, Kerobokan
Margi Hair & Body Spa at Bounty Hotel Address: Jl. Poppies Lane II (Segara Batu Bolong 18)
New Planet Beauty Salon Address: Jl. Basangkasa 1, Seminyak
Nusa Indah Spa at Nusa Indah Hotel Address: Jl. Ciung Wanara 17, Kuta
Namaya Spa at Sofitel Seminyak Hotel Address: Jl. Abimanyu, Seminyak
Oberoi Spa at The Oberoi Hotel Address: Jl. Laksmana, Kerobokan
Putu Bali Spa & Beauty Salon at Putu Bali Villa Address: Jl. Petitengget 72X, Kerobokan

Prana Spa at The Villas Bali Address: Jl. Raya Kunti 118X, Seminyak
Puspa Bali at The Jayakarta Bali Beach Resort & Spa Address: Jl. Wekudara, Legian
Roses Spa at Fourteen Roses Hotel Address: Jl. Legian, Kuta
Samsara Spa Address: Jl. Legian 190, Kuta
Semaya Spa at The Semaya Villas Address: Jl. Laksmana Kerobokan
Semara Spa Address: Jl. Blambangan 4, Kuta
Suku House of Reflexology Address: Jl. Raya Kerobokan
Shu Salon & Spa Address: Jl. Drupadi, Seminyak
Shita Salon Address: Jl. By Pass Ngurah Rai 39, Kuta
Sukha Spa at Risata Bali Resort & Spa Address: Jl. Jenggala Tuban
Sandat Bali Spa Address: Jl. Padma Utara 9 - 10, Legian
Sanjiwani Spa at The Sandi Phala Address: Jl. Wanasegara, Tuban
Secret Garden Hair & Body Spa Address: Jl. Legian 363, Kuta
Sukma Rizki Salon Address: Jl. Padma 24, Legian
Siloam Spa & Health Club at Pelangi Bali Hotel Address: Jl. Dhyana Pura, Seminyak
Spa Este Address: DFS Galleria, Jl. By Pass Ngurah Rai, Kuta Graha
Spa at The Ulin Address: Jl. Merta Sari, Kerobokan
Spa Villa Address: Jl. Kartika Plaza, Tuban
Shinkei Spa Address: Jl. Legian 64, Kuta
Soothe Reflexology Address: Jl. Kunti 7, Seminyak
Sicilia Spa Address: Jl. Arjuna/ Double Six, Legian
Taman Merah Spa at The Island Villas Address: Jl. Raya Petitenget 469 Kerobokan
The Day Spa Address: Jl. Dewi Sri, Kuta
The Padmastana Bali at Balihai Resort & Spa Address: Jl. Wana Segara 33, Tuban
The Elysian Spa at The Elysian Bali Villas Address: Jl. Sari Dewi 18, Seminyak
The Waroeng Djamoé Spa at Tugu Hotel Address: Jl. Pantai Batu Balong, Canggu
The Spa at The Saphir Mabisa Inn Address: Jl. Pura Bagus Teruna, Legian
The Karen Spa Address: Jl. Kartika Plaza, Kuta
The Spa at The Oasis Kuta Address: Jl. Bakung Sari, Kuta
The Spa at Ramada Bintang Bali Resort Address: Jl. Kartika Plaza, Tuban
The Padma Day Spa Address: Padma Jaya Shop, Jl. Padma Utara, Legian
The Spa at The Legian Hotel Address: Jl. Laksmana, Kerobokan
Tari Spa at Bali Garden Hotel Address: Jl. Kartika Plaza, Tuban
The Spa at Contiki Resort Bali Address: Jl. Abimanyu 66, Seminyak

The Patra Spa at The Patra Bali Resort & Villas Address: Jl. Ir. H. Juanda, Tuban

The Vie Spa Address: Jl. Nakula 168 X, Legian Kuta

Tanjung Biru Spa Address: Jl. Sriwijaya 14, Legian

Ucix Reflexology & Acupressures Address: Jl. Drupadi, Seminyak

Violet Massotherapy & Spa Address: Jl. By Pass Ngurah Rai, Tuban Plaza 10, Tuban

Villa Kresna Spa at Villa Kresna Tropical Resort Address: Jl. Sarinande 19, Seminyak

Wisata Spa Address: Jl. By Pass Ngurah Rai 18X, Tuban

Well Being Spa Address: Jl. Laksmana 66B, Kerobokan

DONDE COMER

KUTA

- Bali Cyber Cafe, Kuta. Cafetería, restaurante, muy buena comida y buen servicio. Un clima agradable.
- Hard Rock Cafe, Kuta. Para una hamburguesa rápida esta bastante bien, es el típico Hard.
- Kori Restaurant & Bar, Kuta. En Poppies Lane, es un sitio muy romántico. Tiene un par de cabañitas de bambú junto a un estanque con peces y tortugas, te sientas en cojines y por 500.000 - 35 pareja te pones a reventar.
Además de platos indonesios también tiene platos internacionales. Sus satsés son estupendos y la brocheta de marisco. El pan de ajo de los mejores de Bali. También se puede entrar a tomar una copa y tiene una sala con mesa de billar. A menudo hay actuación en directo. Es recomendable reservar por la noche. Jl Poppies Lane II Tfno: 758 605. Precio medio entre 20 y 30 euros por pareja.
- Lestari Grill & Pasta Restaurant, Umalas. Lujoso restaurante, magnífica comida. Clima espectacular.
- Made's Warung, Kuta: El de Kuta es el original aunque es más grande y con jardín el de Seminyak. Abierto desde el 69 suele haber cola para sentarse. Una carta enorme. Jl Pantai Kuta
- Maccaroni Club, Kuta. Situado en el centro de Kuta. Comida italiana realmente buena.
- Mama's German Restaurant, Kuta. Situado en el corazón de Kuta en la carretera principal zona de compras. Viajeros de todo el mundo, muchos austriacos, japoneses, australianos, suizos y alemanes llegan para disfrutar de una comida saludable y una cerveza bien fría.
- Nest Village Restaurant, Kuta. El sello distintivo de un verdadero gran restaurante es la inquebrantable dedicación de cada uno de los miembros del personal para hacer de cada visita un momento para recuerdo, han adoptado la filosofía de "una pasión por la perfección" por ofrecer el más alto nivel de servicio personalizado, la atención al detalle y una verdadera cordial bienvenida a todos sus huéspedes.
- Papa's (Italian) Cafe, Kuta. Gozan de prestigio por su elegancia, buenos alimentos e higiene.
- Pica Tapas Bar, Kuta. Situado en el corazón del centro de la ciudad de Kuta, Pica Tapas Bar & Churrasquería Village atrae a una gran multitud. Paella, churrasco, sangría.

- Poppies Restaurant, Kuta . Comer bajo un dosel de flores, en medio de piscinas y cascadas, y saborear las delicias de los mariscos frescos. Comida de Indonesia y exquisita cocina internacional. Con una decoración que mas bien parece Hawaiana que Balinesa no ha cambiado en 30 años, al ser al aire libre, aunque cubierto de plantas, es muy agradable. Suele estar lleno, por lo que es mejor reservar. La carta es muy extensa. Muchos platos indonesios y occidentales, tienen carne importada de Australia, en general es mejor pedir la carne importada, cuando veais una vaca balinesa lo entenderéis. Uno de nuestros platos favoritos el Fisherman Basket, una selección de pescados. Jl. Poppies Lane I Tfno: 751 059. Entre 25 y 35 euros por pareja.
- Rosso Viro, Kuta . Restaurante y Bar con una terraza que frente al mar. Puede contemplarse una perfecta silueta al atardecer hasta la madrugada. Platos procedentes de Italia, Indonesia, Asia, y cocina internacional, pasteles, tortas y una amplia selección de vinos finos. enfrente a la playa, un poco mas caro pero merece la pena cenar en una de las mesas de la entrada, en los sofas. Pedid los Penne con gorgonzola, rucola y nueces.
- Trio's Cafe, Kuta
- Un's Paradise, Kuta . El restaurante está situado en el corazón de Kuta Poppies Lane: un oasis escondido del bullicio de la ciudad. Ofrecen la refinada cocina europea y especialidades de Indonesia. Pasará una velada inolvidable, bajo la luz de las velas.
- Venue @ the Moon, Petitenget. Tapas, comida española, pescado. Comida fresca y de calidad.
- Kopi Pot en Legian Street. De la misma dirección que el Poppies, es un sitio al que le tenemos mucho cariño pues fue de los primeros que conocimos una vez que nos libramos del miedo y salimos del ghetto de Nusa Dua alla en el 99. Al ser abierto a la calle ves todo lo que pasa. Es estupendo al medio día para tomar algo rápido entre compra y compra ya que está en plena zona comercial. Jl. Legian. Unos 20-30 euros dos personas.
- Nero se definen como un Restaurante Mediterraneo pero en la carta tambien puedes encontrar Currys, como muchos restaurantes en Bali tienen cierta mezcla. Es un sitio muy agradable, moderno, con una musica muy buena que si quieres puedes comprar. De los pocos sitios en Bali sin aire acondicionado pero con ventiladores. Os recomendamos reservar porque nunca se sabe o lo encuentras vacío o totalmente lleno. Jl. Legian Kelod 384 Tfno: 750 756. Aproximadamente 30 euros para dos.
- Tj's un mejicano estupendo cerca del Poppies. Preferimos ir a comer porque está tranquilo y se está fresquito. Tiene un estupendo estanque con carpas enormes. Los platos están muy bien pero lo que realmente está buenisimo son la Tarta de Chocolate y la Tarta de Queso. Fantásticas de verdad. Y no nos podemos olvidar de los "frozen" Margaritas, unos de los mejores, sino los mejores de Bali. Jl Poppies Lane I Tfno: 751 093
Seguimos con el mismo precio: 30 euros para dos.
- Buba Gump un sitio muy curioso basado en la película de Forest Gump. Gambas, gambas y mas gambas de todas las formas posible. Claro está hay mas cosas fundamentalmente pescado. El sitio es muy divertido, toda la decoración está basada en la película. Pedid una coctelera de Margarita y vendrán todos los camareros a cantaros un Keeae. Para que vengan los camareros tendreis que poner una pala de Ping pong en posición "Forrest Go" mientras la tengas en "Forrest stop" no vendrá nadie a atenderte. Jl Kartika Plaza frente al centro comercial Kartika Plaza, al lado del Water Boom.

LEGIAN

- Precio medio (15 y 30 euros pareja)
- Kori Poppies Gang II Legian (reservar) 758605
 - Poppies Poppies Gang I Legian (reservar) 751059
 - Kopi Pot Legian Street 752614
 - Nero Legian Street
 - TJ Poppies Gang I Mejianco
 - Cafe Moka, Legian. Café Moka tiene un clima agradable, con su ambiente acogedor, la música del mundo y una excelente cocina
 - Glory Restaurant, Legian Fusión de la experiencia occidental, Indonesia, China, etc.
 - Indo-National, Legian . Atmósfera amistosa, buen trato al cliente.
 - Sana Restaurant, Legian
 - The Flying Piano, Legian . Combinación de la comida con el arte. Actuaciones en directo.
 - Bali Aussie, Legian Interesante bar de copas.

SEMINYAK

- Café Marzanno Jl. Kunti 733 671 Italiano las mejores pizzas. Se acaba de mudar de Jl. Kunti a Jl. Double Six, cerca de la playa.
En la cocina está la típica "nona" italiana. Tienen unas pizzas fantásticas, además de todo lo demás de la cocina italiana. Seguro que ahora estará mas lleno que antes ya que pilla mas cerca de todos los hoteles y villas de Legian y se puede llegar andando por la playa. Barátito, una pizza de buen tamaño cuesta entre 2 y 3 euros.
No os podemos poner la dirección exacta ya que nos acabamos de enterar de la mudanza. Solo sabemos que es Jl. Double Six casi esquina con Jl. Werkarjuna.
- Sasa Jl. Italiano no tiene pizzas. Abrió hace tres años y se ha hecho muy conocido. El local no es muy grande y la decoración sencilla. Se llena de italianos y ellos saben mejor que nadie donde comer pasta, así que por la noche mejor reservar.
No tiene pizzas, pero tiene una carta bastante completa. Además tiene platos especiales que están apuntados en una pizarra en la pared. Los precios son muy razonables. A veces le falla la bodega de vinos, se le acaban y tarda en reponer así que la elección es corta. Nosotros tenemos dos platos favoritos, el "Guazzeto" que es un plato a base de almejas, estupendo de entrada y los Ñoquis Sorrentina, al horno y un Limonchello fantástico como remate. Tiene zona Wifi Jl Laksmana 78 Tfno:736 638 Precio 30 euros por pareja

- Queen Tandor Jl. Seminyak Hindu 732 770 . Si os gusta la comida Hindu, aqui se come fenomenal. Reservad una mesa fuera, ya que dentro es menos agradable. Guardar sitio para un poste fabuloso de Brownie con Helado en sartén caliente, ¡espectacular!
- **Café Bali** Jl. Laksmana 78015 15. Muy barato y popular con una carta muy variada.
- Ku De Ta 736 969- Cenar en el Ku De Ta está fenomenal, sino tienes mesa (hay que reservar) puedes hacerlo también en el Warisan que también es caro pero un poquito menos. Si no has podido cenar allí luego puedes tomar una copa en el Ku De T. Tiene amacas, sombrillas donde se puede tomar una caipiriña o una simple Bintang viendo la puesta de sol, Bintang+Caipiriña 128.000 cena 3 entrantes, 2 platos 2 postres, cerveza y coca 1.500.000 95 euros. JL LAKSMANA.
- La Lucciolla 730 838 Unos de los sitios más fashion, un italiano muy moderno de esos que ponen muy poquito en el plato. Por la noche se come bien pero escaso. A medio día la carta es más de pastas y ensaladas. Está abierto todo el día así que podéis ir a cualquier hora, también a desayunar porque tienen brunch. De día es estupendo porque está enfrente de la playa y por la noche es muy romántico con lucecitas en los árboles y velitas. Jl. Kayu Ayu Petinget Tfno: 730 838 Por la noche más de 100 euros dos personas.
- Bacio Lounge, Seminyak. Club con buen ambiente, música, copas, etc.
- Breeze Beachfront Restaurant, Seminyak ofrece una exótica selección de platos locales e internacionales para el desayuno, almuerzo y cena romántica o puesta de sol. Situado junto a la playa, vistas a la una impresionante vista de sol, junto con el sonido de las olas, hace de este lugar uno de lo más románticos de Bali.
- Cafe Luna, Seminyak entre Kuta y Legian Música en vivo todos los martes con la ejecución del Circulo de la Banda (Salsa y música latina) y el jueves con la Banda Tropical de Tránsito (Salsateca) Sábado Salsa Paraíso con Cabarezi Band.
- Fabios Ristorante Italiano, Seminyak . Es un restaurante que sirve comida italiana y platos verdaderamente tradicionales. El restaurante está situado en Jl. Raya Seminyak N ° 66 Kuta Bali.
- Gado Gado Restaurant, Seminyak. Lugar en Bali para disfrutar de un refrescante almuerzo en el mar, perfecto para disfrutarlo al mismo tiempo mirando la puesta del sol o tal vez en una cena romántica con velas bajo las estrellas. Su cocina es ligera, de temporada, productos frescos e innovadores y creativos. Seguro que satisface su paladar. Tiene una carta a buen precio a medio día. Muy agradable por la noche porque está en la playa. Su precio entre 80 y 100 euros para dos. Jl Dyana Pura. Tfno:736 966.
- Kafe Warisan, Seminyak . El relajado "Estilo de Bali" se combina con un sofisticado restaurante, encantadoras obras de arte para la venta. Personal hospitalario, y los campos de arroz circundantes crea un ambiente interesante que le incitará a volver. La reserva es imprescindible y si es en verano a veces hasta con dos días. La cena os puede salir por unos 100 euros dos personas. Depende mucho del vino que tomeis y de si pedis un aperitivo antes de cenar. Si tomáis agua pedir una botella grande y os servirán agua sin limite por un precio fijo. Sino os sirven botellas pequeñas y se pagan individualmente. Pedirles que os llamen un taxi para volver. Jl. Kerobokan Tfno: 731 175
- Made's Warung: Ya lo comentamos en los restaurantes de Kuta. Aunque empezó siendo un restaurante indonesio ahora también tiene platos internacionales. El local es amplio y la terraza ocupa un patio rodeado de tiendas. Aunque es muy grande, siempre está lleno así que mejor reservar. Demasiado bullicioso para

nuestro gusto y el servicio va a la carrera y no te hace mucho caso. No entra en nuestros favoritos pero lo ponemos porque es de los mas conocidos. Jl. Raya Seminyak Tfn. 732 130

- **Khaima Restaurant, Seminyak** .Restaurante marroquí. Las mejores especias, las bebidas sana y perfectamente equilibradas; platos en combinación con un ambiente realmente único, coloreado con velas, música árabe y sensual bellydancers para hacer su noche una experiencia que será difícil de olvidar.
- **Kuni's Japanese Restaurant, Seminyak** . Kuni tiene tres grandes pasiones; La pasión por la comida, una pasión por el diseño (especialmente adecuada iluminación), y una pasión por hacer que su invitado se sienta bienvenido y plenamente satisfechos. En resumen, Kuni de Bali es una experiencia muy agradable.
- **La Sal Spanish Restaurant, Seminyak** . Restaurante español, con apetecibles tapas. Precio medio entre 30 y 40 euros. Jl. Drupadi II 100 Seminyak Tfn 738 321
- **Pantarei Greek Restaurant, Seminyak** . Restaurante griego fenomenal, puedes encontrar un variada gama de productos frescos, tzatziki fresco, el ajo y el yogur de pepino baño, dolmades, delicadas hojas de vid con fragancia de los centros y giroscopios, pan crujiente mentaricos envuelto alrededor de la carne picante con cebolla y salsa de yogur. Puede disfrutar de un popular Pantarei plato diario de mariscos.
- **Roumors**: Lo ponemos en italianos porque tiene pasta pero en realidad no lo es. Lo mejor del Roumors es la carne importada de Australia pero a muy buen precio. Siempre está lleno así que mejor reservar y aun así tendrás que esperar en la barra. Te puedes tomar un margarita mientras esperas. Las mesas son pequeñas y muy pegadas las unas a las otras, pero si echas de menos un buen solomillo merece la pena, sobre todo por el precio entre 15 y 30 euros dos personas. Jl. Laksmana Tfn: 738 720
- **San Marco Osteria (Italian), Seminyak** . Es un restaurante italiano original de Bali, que ofrece toda la gama de alimentos de Italia, el vino y las bebidas espirituosas. Está situado en la prestigiosa zona de Seminyak. Abierto para desayuno, almuerzo, cena, bar hasta altas horas de la noche. Puede experimentar la verdadera cocina italiana para almuerzo y cena, o simplemente para una estancia agradable.
- **Santa Fe, Seminyak**
- **Toscana/Ultimo, Seminyak** . La buena anticuada comida italiana, con los más frescos y selectos ingredientes especialmente seleccionados y en su mayoría importados de Italia y preparado por sus residentes Chef . El restaurante ofrece un "sin lujos" a la buena calidad de una fina cena italiana, haciendo hincapié en su singular menú de creaciones y atmósfera caliente.
- **Warung Bonita, Seminyak/Batubelig** . Situado cerca de las playas excepcionales de lujo de Seminyak. Ofrece auténtica comida casera de las islas, incluidos los exóticos, especialidades de Bali, Java, Sumatra y Sulawesi, así como una plena variedad de platos occidentales. Bajo las velas, con la brisa del jardín, rodeado de un bosque.
- **Warung Sobat, Seminyak/Batubelig**
- **Zanzibar, Seminyak** . Se encuentra en la bonita playa conocida como playa azul océano. Sirven comida internacional mediterránea y mariscos con sabor excelente. Ofrece exóticas vistas a la playa.
- **Warung Italia**: Es muy conocido, solo estuvimos una vez y comimos muy bien dos personas por 9 euros. También tiene comida para llevar. Jl. Kunti 6.

- Loloan : Solo abre por la noche a partir de las 6. Cocina de fusión. El mas alejado de todos porque está en Petinget al final de Seminyak. Precio alrededor de 60 euros para dos. Jl. Kayu Jati Petinget Tfno: 736 677.
- Uh'u: Una mezcla de restaurante y bar de copas con Jazz. Precio medio alto. Se dice que tiene los mejores Martinis de Lychies de la isla, ¡mis favoritos! Tengo que probarlos allí, me encantan. Jl. Petinget Tfno: 736 443

TUBAN

- Atmosphere Cafe, Tuban . Situado al lado del edificio principal del Shopping Mall en Discovery Kartika Plaza Street, Kuta, Bali - Crea un Ambiente Resort Café muy cálido, está cerca de Legian Street y a tan sólo 10 minutos del aeropuerto de Ngurah Rai. Se convierte en un lugar perfecto para relajarse mientras disfruta de su almuerzo o cena
- Daddy's Cafe, Tuban
- Ma Joly Beach Restaurant, Tuban
- Golden Lotus Chinese Restaurant, Tuban Situado en el zona del hotel Baly Dynasty en Tuban, este restaurante ofrece especialidades de la cocina china a precios bastante razonables. Dicen que es el mejor "chino" de Bali.
- Gracie Kelly's Irish Pub, Tuban . Gracie Kelly's, Original pub irlandés. Tiene un amplio horario. Clima acogedor.
- Green Garden, Tuban . Un restaurante muy popular, bonito y lujoso.
- Kafe Batan Waru, Tuban . Situado en el corazón de Ubud, y ahora directamente a través de la calle del Parque Waterbom en Kuta.
- SA Cafe, Tuban .El ambiente es una mezcla de cultura de Bali, junto con estilo moderno . El menú es a la carta.

NUSA DUA

- Arak Bali, Nusa Dua
- Raja's Balinese Restaurant, Nusa Dua . Votado como Mejor Restaurante Bali en Bali, Premios Readers' Choice de la revista Hola de Bali de 2005.
- Bali Bistro (Nusa Dua)
- Coco Bistro (Bali Collection, en Nusa Dua)
- Tropical (Nusa Dua)
- Dayu i i dayu ii (kutta) bueno, y muy barato (imprescindible comer Nashi goreng).

JIMBARAN

- Restaurante Santi para ir a comer marisco a la playa de Jimbaran el restaurante te lleva y te trae gratis.
- Hay dos sitios diferentes llenos de restaurantes en la playa para comer el marisco, uno esta justo en el pueblo de Jimbaran y el otro esta entre el Four Seasons y el Interecontinental.
 - Bendesa
 - Menega
- Bella Singaraja, Jimbaran . El menú a la carta está compuesto por aperitivos fríos y calientes, ensaladas, sopas, pasta y platos principales de carne y los mariscos. Pastas caseras y muchos ingredientes son importados para mantener la autenticidad. La lista de postres es particularmente atractivas con su crema fresca y helados.
- Dava, Jimbaran . Lujo por todas partes. Un exótico y elegante lugar, ya sea para el desayuno o la cena. Bar bodega y club de Martini . Ultra elegante, de diseño contemporáneo con aire acondicionado, dos salones privados del comedor y terraza al aire libre. Cocina abierta la presentación
- KO Japanese Restaurant, Jimbaran . KO Restaurante Bali se considera el mejor restaurante japonés, conocido por sus frescos y auténticos platos. Ofrece a sus clientes con una indulgente experiencia culinaria. Combina una sutil mezcla de la arquitectura Balinesa y japonesa creando una estética contemporánea aún minimalista, entorno diseñado para evocar los sentidos y el paladar
- Padi Thai Restaurant, Jimbaran . Lujo por todas partes, entorno maravilloso.
- Sami Sami Italian Restaurant, Jimbaran .
- Teba Cafe, Jimbaran . No hay nada mejor que el Café Teba, si quiere degustar la auténtica cocina balinesa. Situado en la playa de Jimbaran, justo antes de Four Season Resort, y sólo cinco minutos del Aeropuerto Internacional.
- Uluwatu Cafe, Jimbaran
- Warung Mina, Jimbaran . Imagínese, sentado a la orilla del mar, ver la puesta de sol, el impresionante paisaje, a la vez que comer los mariscos más frescos con una refrescante bebida fresca y vino local o de importación. Esta es la noche romántica que encontrará en el esbozo de Mina, donde podrá disfrutar de los frescos mariscos servidos por un personal acogedor y cocina tradicional.

SANUR

- Canangsari Restaurant, Sanur
- Chong Gi-Wa Korean Restaurant, Sanur . Restaurante coreano
- Massimo, Il Restorante, Sanur . Puede encontrar la auténtica cocina italiana tradicional, especializándose tanto en comidas privadas como en eventos de grupo. Cálida y relajada atmósfera que les ha hecho uno de los favoritos para los residentes locales. Puede saborear la auténtica cocina italiana a un precio asequible.
- Sector Bar & Restaurant, Sanur

BENOA

- Bumbu Bali, Tanjung Benoa . Cocina tradicional, le ofrece delicias tales como Roast Duck en Banana Leaf, Roast Suckling Pig, una amplia selección de verduras, ensaladas, carne y pescado, el famoso arroz con leche negro o tortas balinesas.
- Tao Restaurant, Tanjung Benoa . Cocina asiática. Es el primer restaurante de cocina asiática en Tanjung Benoa. Fue diseñado para tener un exótico viaje desde el momento en que uno entra. Ha sido diseñado para satisfacer todos tus sentidos

EN LA RUTA DEL ESTE

- Antes de llegar a Goa Lawah (cueva de los murciélagos), Sate Ikan (es un sitio muy popular para la gente local, que esta a cinco minutos de la carretera general que recorre la zona este de Bali por una carretera local a mano izquierda, justo antes de llegar a Goa Lawah, eso si la comida pica muchísimo y te sientas en el suelo que parece que estas sentada encima de la mesa! el sitio se llama Pesinggahan.

QUE COMPRAR Y DONDE

Los productos de artesanía más interesantes para comprar son:

TALLAS EN MADERA

Entre las que se encuentran figuras humanas y animales de diferentes tamaños. Se pueden comprar en las tiendas de Denpasar, aunque el auténtico centro de las tallas de madera es la ciudad de Mas, situada cerca de Ubud. Aquí se pueden visitar los talleres donde trabajan los artesanos todo tipo de maderas nobles.

También en Denpasar, en el centro artístico de Abian Kapas, hay una exposición permanente donde admirar las mejores tallas de madera y obras de arte balineses.

TALLAS EN HUESO

Realizadas en hueso de vaca, las venden en cualquier puesto.

BATIK

Se trata de la tela de Batik, con bellísimos dibujos y diseños que varían según la zona de donde provengan. Con esta tela se confeccionan los sarong (pareos) que los balineses utilizan para asistir al templo y a todo tipo de ceremonias.

JOYAS

Existen una gran variedad de artísticas joyas hechas en oro y plata con los más originales diseños, a menudo muy difíciles de llevar a cabo. La ciudad de Celuk es la más conocida para encontrar todo lo que desee en este género.

MARIONETAS

Las hay de muchos tamaños, son muy originales y se usan en el teatro de títeres de sombra. Se trata de las mariones de Wayang Kulit.

CUADROS

De gran calidad, uno de los centros más importantes para su adquisición es Ubud. Hay que tener especial cuidado en su transporte, a menudo pueden estropearse si no se envuelven de una manera apropiada.

CONSEJOS PARA IR DE COMPRAS

Recomendar que antes de comprar nada es mejor visitar varios puestos o tiendas para poder comparar entre distintos precios y calidades. No se debe de comprar lo primero que se ve en el primer sitio.

También es necesario tener en cuenta que en Bali funciona el regateo. Muy a menudo, especialmente en los puestos y tiendas pequeñas, se empieza con un precio que para nada tiene que ver con el valor real del producto, es habitual y hasta necesario intentar que nos lo rebajen. Comience con una puja por la mitad del precio del artículo y después vaya subiendo hasta que le parezca un buen precio. Hágalo siempre con una sonrisa para ayudar a la negociación. Tienes que decir "majal", que en balinés significa caro. Regatear hasta que os digan "banca rota" porque para ellos que somos italianos...y es cuando termina el regateo

¿Que es el "morning price"? Traducido, el precio de la mañana. Hay una creencia de que el primer cliente que entra tiene que comprar algo, sino ese día no tendrá suerte con las ventas así que te tiene que vender como sea. Si ves que es temprano o una zona donde ves que hay poco cliente, rematas el regateo diciendole "Morning Price" y pensará que de esto sabes un rato. Claro, no lo hagas por la tarde porque ya no cuele y quedarás fatal

En cambio, en los centros comerciales, boutiques o tiendas más grandes el precio suele ser fijo.

El oro y la plata se puede obtener a un precio razonable.

La artesanía es muy importante en Bali. Puedes adquirir auténticas obras de arte talladas en madera, como los famosos batiks.

Si le gusta comprar prendas de vestir, dispone de una gran variedad de productos de cuero. Hay multitud de prendas de marcas occidentales, es muy difícil saber si son auténticas o imitaciones

Bali cuenta con un gran número de puestos callejeros, pequeñas tiendas y mercados, pero también puedes encontrar grandes centros comerciales al más puro estilo occidental. En Denpasar, Kuta, Legian, Sanur, y Nusa Dua se ofrecen productos de cuero, juguetes, prendas deportivas. Estos centros ofrecen un muy buen servicio.

No olvides comprar las maravillosas réplicas de frutas tropicales que son muy populares, así como las flores de madera tallada, los bellos marcos pintados, las adorables cajas y unos extraños querubines y ángeles balineses. Otro producto excepcional son las máscaras inspiradas en danzas y rituales.

Los sarongs, tejidos tradicionales son muy buenos. Las estatuas en piedra son también típicas de Bali. No olvide buscar algún trabajo de tallado realizado con la cáscara de coco, trabajos en hueso, así como instrumentos musicales y títeres wayang.

PRECIOS DE COMPRAS

- Relojes y bolsos (alucináis) te aconsejo las tiendas FUCUS (Ej: Reloj Chanel al cambio unos 15).
- Legian street en Kuta, al final de la calle. Las gafas son como las que compras en la playa (por decirlo de alguna manera).
- TIENDA LOTUS: Por 35 , estamos hablando de un rolex...DKNY de todos los colores, correa de "piel" rondaban los 6-7 eurs. Chanel, por 15
- Ropa de todas las marcas a mi me chifló en especial D&G (Ej: camiseta manga corta 5-6).
- Polos Ralph Lauren (hiper baratos).
- Seda
- Cuadros! Al principio de Legian Street a mano derecha hay una tienda pequeñita que venden cuadros (yo me traje 3...en total unos 40). No los compres en ninguna cooperativa de pintores, es una turistada.
- Los vendedores ambulantes que os lo venden todo a 1\$ o 1 , cuando le deis el dinero os pedirán más, y a ver quien le quita el euro.
- Los vendedores de periódicos..no lo compréis pq el 80% no son los del día.
- Los bolsos, la verdad te mentiría, pero yo creo que tb iba por ahí...unos 6-7 eurs, pero claro, siempre depende de que bolso te compres, quizá un Dior, Chanel...el mas caro unos 20 euros.
- Mi consejo, es que dsp de mucho mirar, si teneis intencion de comprar varios relojes, lo hagais en la misma tienda...y durante los primeros dias (por si alguno se para) así seguro que os darán un mejor precio seguro.
- Cinturones por 5-6
- Camisetas de manga corta (no hay de manga larga...) 10 la más cara
- La ropa de marca también está muy bien de precio polos marca Polo Ralf Laurens por unos 20 euros, Dolce Gabañ, Tommy, etc (decían que auténticos aunque yo no me lo creo).
- Tejanos de marca por 20 ó 30 euros.
- Zapatillas Converse por 15 euros.
- Corbatas de Hugo Boss o Armani por 10 euros.
- Maletas de todas las marcas por 30, 40 ó 50 euros según modelos.
- Había mucho de quiksilver que estaba muy bien de precio.
- Plumas Montblanc idénticas a los originales por 10 euros
- En cuanto a los productos típicos de allá como las tallas en madera o piedra, las ropas tipo pareo (de playa o de ceremonia), las joyas, las cometas o las especias varia mucho según las tiendas.
- Precio de un cuadro mediado con marco fue de unas 100.000 rp.
- Quizas encuentres ropa de mejor calidad en Kuta Square.
- En el Tanah Lot por la tarde noche compre una cuadro del Tana Lot con marco y todo y fueron 70.000 rp

- No pagueis mas de 10 euros por un cuadro con marco de madera y todo. Unos 130.000 rp y igual lo digo por los relojes falsos muy bien imitados.

GRANDES ALMACENES

El Matahari o el Discovery tienen precio fijo.

BALI MALL

Jalan Gatot Subroto 900D Bali Mall Craft Center Denpasar 80233

GALERIA NUSA DUA

Kawasan Wisata. Denpasar. 80363 +62 361 771 662

KUTA CENTER

8X Jalan Kartika Plaza. Kuta. 80361 +62 361 75 6607

LEGIAN ARCADE

Jalan Legian 191. Kuta. 80361

BINTANG TOSERBA

17 Jalan Raya Seminyak. Kuta. 80361. +62 361 73 0552. Fax: +62 361 97 2845

GALERI KERIS

Nusa Dua. Denpasar. 80363. +62 361 77 1303

GENEVA HANDICRAFT

<http://www.genevahandicraft.com> Abierto diariamente de 9AM a 8 PM.

Jl. Raya Kerobokan No. 100, Kuta - Bali, INDONESIA Phone : +62 361 733 542 Fax : +62 361 733 582

Podras encontrar todo lo que hay en los puestos pero a precio fijo y mas barato que regateando.

Todo el mundo lo conoce porque es como ellos dicen "the big one". Es un almacen enorme de 3 plantas en el que coges tu carrito de ruedas y vas echando al carro asi que no te agobian. Luego pasas por caja. Los precios son fijos asi que no puedes regatear. Es como un almacen de los chinos a lo grande.

Nosotros la primera vez cogimos un taxi y le dijimos "geneva" y nos llevo directamente. Todos los taxistas lo conocen.

Los cuadros es lo unico que nos parecio caro en comparacion con otras tiendas de Kuta.

Compramos una talla de madera dorada de un sacerdote balines impresionante de 1,80 m por unos 50 eur que nos mandarán con el resto de compras por barco en 6 semanas, lo malo que los envios son caros. Aparte aprovechamos a comprar otras lamparas que hemos enviado desde la oficina de correos.

SUPERMERCADOS

Además del Bali Deli, del que hemos escrito un artículo, hay varios supermercados más para comprar.

En Kuta en el Matahari, en la planta baja, detrás hay un supermercado. Aunque no lo creáis desde hace dos años también hay un Carrefour en Sunset Road, no hace falta que os acordéis de las calles con decirle al chofer el nombre sabrá llevaros. También hay un super en Jl. Seminyak que se llama Bintang y otro Bintang camino de Ubud casi llegando. Desde Sanur a Kuta hay un Makro. Lo que encontrareis por todas las esquinas son los Circle K que son tiendas 24 horas.

BALI DELI

El mejor sitio para encontrar productos de alimentación de todo el mundo es el Bali Deli. Si te alojas en una villa y deseas organizar alguna cena o barbacoa o simplemente quieres comprar un capricho o para una excursión, en Bali Deli encontrarás de todo: bebidas, quesos, fiambres, latas, pan y bollería, verduras y todo lo que puedas echar de menos hasta aceite de oliva y jamón serrano.

Abierto desde las 9 de la mañana hasta las 8 de la tarde, dispone de una zona exterior para tomar algo y zona wifi además de aparcamiento propio.

Lo encontrarás en Seminyak, Jl. Kunti 117. <http://www.balideli.net/>

PRECIOS DE LAS COSAS

Cigarettes (20 Pall Mall)	Rp5,000.00	\$0.41	0.32
Cigarettes (16 Sampoerna Kretek)	Rp8,000.00	\$0.65	0.52
Cigarettes (20 Marlboro)	Rp9,000.00	\$0.74	0.58
Cigarettes (20 Dunhill)	Rp11,000.00	\$0.90	0.71
Clothes - FlipFlops ('Bata' or non-branded)	Rp20,000.00	\$1.64	1.29
Clothes - T-Shirt (non-branded)	Rp30,000.00	\$2.45	1.94
Clothes - Sports Shoes (non-branded)	Rp60,000.00	\$4.91	3.88
Clothes - Pair of Jeans (non-branded)	Rp70,000.00	\$5.72	4.53
Drinks - Alcohol, Bottle Bintang Beer (0.3 litre)	Rp8,000.00	\$0.65	0.52
Drinks - Alcohol, Bottle Bintang Beer (0.6 litre)	Rp15,000.00	\$1.23	0.97
Drinks - Alcohol, Local Arak (1 litre)	Rp50,000.00	\$4.09	3.23
Drinks - Alcohol, Local Wine (0.7 litre)	Rp80,000.00	\$6.54	5.17
Drinks - Alcohol, Imported Wine (0.7 litre), starting at	Rp150,000.00	\$12.26	9.70
Drinks - Alcohol, Imported, Whiskey/Vodka (0.7 litre)	Rp180,000.00	\$14.72	11.64
Drinks - Clubbing, Bottle Bintang Beer (0.3 litre)	Rp25,000.00	\$2.04	1.62
Drinks - Clubbing, Local Cocktail	Rp50,000.00	\$4.09	3.23
Drinks - Clubbing, International Cocktail	Rp75,000.00	\$6.13	4.85

Drinks - Cup of Bali Kopi	Rp3,000.00	\$0.25	0.19
Drinks - Drinking Water Aqua/Danone (1.5 litre bottle)	Rp3,000.00	\$0.25	0.19
Drinks - non-carbonated (i.e Green Tea, 0.5 litre)	Rp3,500.00	\$0.29	0.23
Drinks - Isotonic Sports Drink (0.5 bottle, non-branded)	Rp4,000.00	\$0.33	0.26
Drinks - Isotonic Sports Drink (0.3 can)	Rp4,500.00	\$0.37	0.29
Drinks - Drinking Water Aqua/Danone (19 litre gallon)	Rp9,000.00	\$0.74	0.58
Drinks - Soft Drink (Pepsi/Coke, 1.5 litre)	Rp9,500.00	\$0.78	0.61
Drinks - Milk Tetra Pack (1 litre)	Rp11,000.00	\$0.90	0.71
Drinks - Juices (Orange/Apple, 1 litre)	Rp13,000.00	\$1.06	0.84
Food - Egg (1 piece)	Rp500.00	\$0.04	0.03
Food - Local Dessert (Ice Campur/Ice Teler)	Rp4,000.00	\$0.33	0.26
Food - Local Mie Ayam (Noodle Soup with Chicken)	Rp4,000.00	\$0.33	0.26
Food - Local Nasi/Mie Goreng	Rp5,000.00	\$0.41	0.32
Food - 15 sticks of Chicken Sate at local market	Rp6,000.00	\$0.49	0.39
Food - Fruit, Salak (1 kg)	Rp6,000.00	\$0.49	0.39
Food - Fruit, Rambutan (1 kg)	Rp7,000.00	\$0.57	0.45
Food - White Rice (1 kg)	Rp8,000.00	\$0.65	0.52
Food - Ayam Bakar with Rice and raw veggies	Rp8,000.00	\$0.65	0.52
Food - Fruit, Mandarine Orange (1 kg)	Rp10,000.00	\$0.82	0.65
Food - Local Warung Meal (includes Tofu, Egg, Tempe, Rice, Noodles, Chicken, Fish - fried/cooked)	Rp12,000.00	\$0.98	0.78
Food - Fruit, Orange (1 kg)	Rp12,000.00	\$0.98	0.78
Food - Fruit, NZ Apples (1 kg)	Rp12,000.00	\$0.98	0.78
Food - Western, McDonalds Ice Cream	Rp2,500.00	\$0.20	0.16
Food - Western, Baguette (foot long)	Rp6,000.00	\$0.49	0.39
Food - Western, McDonalds Cheeseburger	Rp12,000.00	\$0.98	0.78
Food - Western, McDonalds Big Mac	Rp15,000.00	\$1.23	0.97
Food - Western, Cold Cut (European Standard per 100g)	Rp20,000.00	\$1.64	1.29
Food - Western, Pizza medium (Pizza Hut)	Rp50,000.00	\$4.09	3.23
Food - Western, Italian or other European Cuisine (dish)	Rp70,000.00	\$5.72	4.53
Food - Western, Pizza large (Pizza Hut)	Rp90,000.00	\$7.36	5.82
Housing - Electricity, 1 Room (monthly)	Rp50,000.00	\$4.09	3.23
Housing - Electricity, House/Studio with Aireon (monthly)	Rp150,000.00	\$12.26	9.70
Housing - Electricity, House 2 bedroom (monthly)	Rp350,000.00	\$28.62	22.63
Housing - Garbage Removal (monthly)	Rp20,000.00	\$1.64	1.29
Housing - Rent, 1 Room (per night)	Rp50,000.00	\$4.09	3.23
Housing - Rent, 1 Room (monthly/KosKosan app.160sqft)	Rp600,000.00	\$49.05	38.80
Housing - Rent, House/Studio (monthly/app.800 sqft)	Rp2,000,000.00	\$163.52	129.32

	Rp3,000,000.00		
Housing - Rent, House/2-bedroom (monthly/1500 sqft)	0	\$245.27	193.99
Transport - Gasoline/Petrol (1 litre)	Rp6,000.00	\$0.49	0.39
Transport - Bike Rental Honda/Yamaha 100cc (per day)	Rp25,000.00	\$2.04	1.62
Transport - Taxi (short distance)	Rp12,000.00	\$0.98	0.78
Transport - Taxi (app. 5 km)	Rp30,000.00	\$2.45	1.94
Transport - Car Rental Daihatsu Feroza, 4-5 ppl (per day)	Rp80,000.00	\$6.54	5.17
Transport - Car Rental Daihatsu Taruna, 6-7 ppl (per day)	Rp120,000.00	\$9.81	7.76
Wellness - Haircut (Men)	Rp25,000.00	\$2.04	1.62
Wellness - Head Massage/Cream Bath (1 hour)	Rp25,000.00	\$2.04	1.62
Wellness - Manicure	Rp25,000.00	\$2.04	1.62
Wellness - Pedicure	Rp35,000.00	\$2.86	2.26
Wellness - Traditional Massage (1 hour)	Rp40,000.00	\$3.27	2.59
Wellness - Haircut (Women)	Rp35,000.00	\$2.86	2.26
Wellness - Hair Coloring	Rp150,000.00	\$12.26	9.70
Wellness - Hair Extensions (20 piece, 35cm)	Rp700,000.00	\$57.23	45.26
Wellness - Toiletries, Soap (non-branded, Nuovo etc.)	Rp1,400.00	\$0.11	0.09
Wellness - Toiletries, Soap (branded, Dove etc.)	Rp6,000.00	\$0.49	0.39
Wellness - Toiletries, Toothbrush (non-branded)	Rp2,500.00	\$0.20	0.16
Wellness - Toiletries, Toothbrush (branded)	Rp12,000.00	\$0.98	0.78
Wellness - Toiletries, Tootpaste (non-branded, Ciptadent)	Rp3,000.00	\$0.25	0.19
Wellness - Toiletries, Toothbrush (Sensodyne etc.)	Rp25,000.00	\$2.04	1.62
Wellness - Waxing Lip/Chin/Eyebrows	Rp30,000.00	\$2.45	1.94
Wellness - Waxing Upper/Lower Leg	Rp60,000.00	\$4.91	3.88
Wellness - Waxing Bikini Line	Rp60,000.00	\$4.91	3.88
Wellness - Waxing Brazilian	Rp70,000.00	\$5.72	4.53

ENVIO POR CORREOS

En cuanto al resto de paquetes, lo hicimos en una oficina de Correos en Kuta. 50\$ por 20 kilos (maximo 20 kg y 12 metros de altura) y tardan 3 meses por barco, ellos te lo embalan. Por avion es muy caro aunque muy rapido pero no merece la pena ya que cuesta mas el envio que la compra. El servicio es puerta a puerta, lo recibes en tu domicilio.

DHL, Fedex y UPS preguntamos pero eran muy caros por lo que finalmente lo hicimos por Indonesia Post.

COMPRAS SOLIDARIAS

Nuestra ONG Kupu-Kupu tiene una tienda de productos de artesanía hechos por jóvenes con discapacidades físicas. En dicha tienda, trabajan también dos personas que tienen una discapacidad, Ketut que es pintora y Mariani que hace bolsos y artesanía de hojas de palma.

La tienda se llama Kupu-Kupu y esta situada en la Calle Jalan Raya Ubud, en frente del Banco BPD, en la esquina de Jalan Hanoman con Jalan Raya.

Esta tienda significa muchísimo para todos nuestros amigos artesanos, porque para todos ellos es una manera de tener unos ingresos más o menos estables, y para ellos el hecho de poder ser económicamente independientes y además aportar a la economía familiar es super importante y siempre además les ayuda a que tengan una mayor autoestima y que las familias también les valoren mucho más.

Los beneficios de la tienda van exclusivamente a la ONG, y se utilizan para apoyar los proyectos, programas y actividades que organizamos en la ONG en Ubud (www.yamp.com/kupukupu)

Si te apetece colaborar con nosotros y apoyar nuestra labor, pásate por la tienda y animate a comprar alguna cosita que haya, sabiendo que con ello ayudas a una persona que en la mayoría de los casos está muchísimo más indefensa que otras muchas personas con no tienen ninguna discapacidad.

Si os apetece venir a ver la ONG, estaremos encantados de recibirlos, la ONG está muy cerquita de la tienda y les podéis decir a Ketut y a Mariani que nos avisen que venís, e incluso podemos ir a buscarlos con las motos.

www.yamp.com/kupukupu/Gallery_Shop.htm

Por cierto, Kupu-Kupu significa mariposa en lenguaje indonesio! Como contactar con nosotros ongkupukupu@yahoo.com