



# TAMIL NADU

WO GESCHICHTEN UNENDLICH SIND



ABTEILUNG FÜR TOURISMUS,  
KULTUR UND RELIGIÖSE STIFTUNGEN



**M. K. STALIN**

MINISTERPRÄSIDENT VON TAMIL NADU

## TAMIL NADU - WO GESCHICHTEN NIE ENDEN

Tamil Nadu ist die Heimat einer der ältesten lebenden Zivilisationen der Welt. Eine Zivilisation, die Tamil Nadu zu einem der fortschrittlichsten und wegweisendsten Bundesstaaten des Landes gemacht hat.

Ausgestattet mit atemberaubend schönen Landschaften, einer faszinierenden Tierwelt, ehrfurchtgebietenden Tempeln, pulsierenden Festen, fesselnder Kunst, bezaubernden Handwebstühlen, exquisitem Kunsthandwerk, köstlicher Küche, lebensverändernder Literatur, erstklassiger Produktion, den besten digitalen Technologien und modernster medizinischer Versorgung ist Tamil Nadu ein Ort, an dem man das Beste findet, was Indien zu bieten hat.

Soziale Gerechtigkeit und integrative Entwicklung, gepaart mit einer Leidenschaft für Spitzenleistungen, haben es Tamil Nadu ermöglicht, in verschiedenen Bereichen eine führende Rolle einzunehmen. Jeder dieser Bereiche ist eine inspirierende Geschichte, die Tamil Nadu zu einem Land macht, in dem die Geschichten nie enden.





## **K. Ramachandran**

Tourismusminister



Konzept, Inhalt und Kuratierung

## **Dr. K. Manivasan, IAS**

(Indischer Verwaltungsdienst)

Zusätzlicher Staatssekretär der Regierung

Abteilung für Tourismus, Kultur und religiöse Zuwendungen



## **Kakarla Usha, IAS**

Hauptsekretärin / Kommissarin für Tourismus und Vorsitzende sowie

Geschäftsführerin

Tamil Nadu Tourism Development Corporation (TTDC)



# INHALT

- 06 GESCHICHTEN VON UNBERÜHRTEN LANDSCHAFTEN
- 07 KODAIKANAL
- 08 CHITTAR DAM
- 09 ENDE DES LANDES
- 10 VALPARAI
- 11 PICHAVARAM
- 12 TENKASI
- 13 KANNIYAKUMARI
- 14 OOTY
- 15 KOLLI HÜGEL
- 16 GESCHICHTEN VON AUFSCHLUSSREICHER ARCHÄOLOGIE
- 17 ARMAMALAI HÖHLE
- 18 SIVAGALAI
- 19 ADICHANALLUR
- 20 KORKAI
- 21 KODUMANAL
- 22 KEEZHADI
- 23 VEMBA KOTTAI
- 24 THIRUKKURAL
- 25 SANGAM LITERATUR
- 26 GESCHICHTEN VON ANTIKEN ERBES
- 27 KUMBakonAM
- 28 GANGAIKONDA CHOLAPURAM
- 29 MAMALLAPURAM
- 30 THANJAVUR
- 31 AZHAGAR KOVIL
- 32 KANCHIPURAM
- 33 DARASURAM
- 34 GESCHICHTEN VON GÖTTLICHEN TEMPELN
- 35 SRI RANGAM
- 36 MADURAI
- 37 THIRUVANNAMALAI
- 38 RAMESWARAM
- 39 SRIVILLIPUTHUR
- 40 GESCHICHTEN VON PULSIERENDEN FESTIVALS
- 41 JALLIKATTU
- 42 PONGAL
- 43 KULASAI DUSSEHRA
- 44 NAMMA OORU THIRUVIZHA
- 45 MAMALAPURAM TANZFESTIVAL
- 46 GESCHICHTEN VON VERFÜHRERISCHEN KÜNSTEN
- 47 BHARATANATYAM
- 48 THERUKOOTHU
- 49 KARAGAATTAM
- 50 GESCHICHTEN VON BEZAUBERNDEN HANDWERK
- 51 ATHANGUDI FLIESEN
- 52 SWAMIMALAI BRONZEN
- 53 THAINJAVUR PUPPEN
- 54 NACHIYAR KOVIL KUTHUVILAKU
- 55 KANCHIPURAM SAREES
- 56 GESCHICHTEN VON KÖNIGLICHEN WOHNSTÄTTEN
- 57 THANJAVUR PALAST
- 58 TRANQUEBAR FORT
- 59 THIRUMALAI NAYAKAR MAHAL
- 60 GESCHICHTEN VON KÖSTLICHER KÜCHE
- 61 MITTAGESSEN
- 62 CHETTINADU
- 63 FILTER-KAFFEE
- 64 KOVILPATTI KADALAI MITTAI
- 65 TIRUNELVELI HALWA
- 66 GABELFRÜHSTÜCK
- 67 MADURAI JIGARTHANDA
- 68 GESCHICHTEN VON CHARMANTEN SCHAUPLÄTZEN
- 69 AUROVILLE
- 70 GINGEE FORT
- 71 VELANIKANNI KIRCHE
- 72 GESCHICHTEN VON AUFREGENDEN ABENTEUERN
- 73 KITESURFEN
- 74 MOUNTAINBIKING
- 75 KAJAKEN
- 76 PARAMOTORISIERUNG
- 77 TAUCHEN
- 78 SURFEN
- 79 GLEITSCHIRMFLIEGEN
- 80 GESCHICHTEN VON ERFREULICHER VERJÜNGUNG
- 81 YOGA
- 82 WELLNESS RESORTS
- 83 ENTGIFTUNG UND VERJÜNGUNG

**WO**

*Geschichten*

*unendlich*

*sind...*



# GESCHICHTEN VON UNBERÜHRTEN LANDSCHAFTEN



## KODAIKANAL

Kodaikanal ist ein beliebtes hügeliges Reiseziel, das das ganze Jahr über kühl ist. Die Landschaft von Kodaikanal hat Seen, Wasserfälle, Pinienwälder und hügelige Hänge. Einige wichtige Attraktionen in Kodaikanal sind Echo Point, Guna Caves, Berijam See, etc.

## CHITTAR DAM

In der üppigen grünen und ruhigen Landschaft von Kanyakumari gelegen, haben die Chittar-Dämme den perfekten Blick auf den Kurisumala-Gipfel. Es dient als günstiger Picknickplatz für diejenigen, die Ruhe und Frieden suchen.



## ENDE DES LANDES (LAND'S END)

Arichal Munai, das letzte Land Indiens genannt wird, liegt an der Spitze der Insel Rameswaram. Von diesem Punkt ist Sri Lanka nur 25 km entfernt. Am Ende dieses Landes verschmelzen der Golf von Bengalen und der Indische Ozean, stören den Strandsand und geben ihm den Namen "Arichal Munai".

## VALPARAI

Valparai ist ein charmantes Tor zu zahlreichen Wasserfällen und majestätischen Tee-, Kaffee- und Kardamomplantagen. Es bietet einen Panoramablick auf Teeplantagen von verschiedenen Punkten und man kann die Wildnis im Anamalai Tiger Reserve erkunden.



## PICHAVARAM

Der Pichavaram-Mangrovenwald ist nach den Sunderbans in Westbengalen der zweitgrößte Mangrovenwald Indiens. Man kann ein Boot nehmen und sanft durch den Wald fahren und schöne Vögel, Tiere und Pflanzenarten entdecken.

# TENKASI

Die Touristenattraktionen in Tenkasi sind die verschiedenen Wasserfälle, die in den Western Ghats entspringen und entlang des Flusses Chittar verlaufen. Dem Wasser werden heilende Eigenschaften nachgesagt und es wird oft das "Spa Südindiens" genannt.



# KANNIYAKUMARI

Umgeben vom herrlichen Indischen Ozean erhebt sich die Thiruvalluvar-Statue, die die 133 Kapitel seines 2500 Jahre alten Textes Thirukkural darstellt. Es dient der Menschheit als Blaupause für ein moralisches Leben mit 1330 "Kurals" über Tugend, Reichtum, Liebe und Befreiung.



## OOTY

Ooty ist eine der beliebtesten Bergstationen des Landes und befindet sich im Stadtteil Nilgiris. Ooty ist auch ein wichtiger Akteur in der Landwirtschaft und im Gartenbau, da das Wetter ideal für den Anbau bestimmter Früchte, Gemüse, Tee und Blumen ist.

An aerial photograph showing a highly winding asphalt road that snakes through a dense, lush green forest. The road features several sharp, hairpin turns. A few small vehicles are visible on the road. The lighting suggests a bright day, with shadows cast across the road and the forest canopy.

## KOLLI HÜGEL (KOLLI HILLS)

Diese malerische Bergkette der Ostghats, die einst vom wohltätigen tamilischen König Valvil Ori regiert wurde, ist bei Motorradenthusiasten mit über 70 Haarnadelkurven beliebt und dient weiterhin als Lebensraum für ethnische tamilische Stämme.



# GESCHICHTEN VON AUFSCHLUSSREICHER ARCHÄOLOGIE

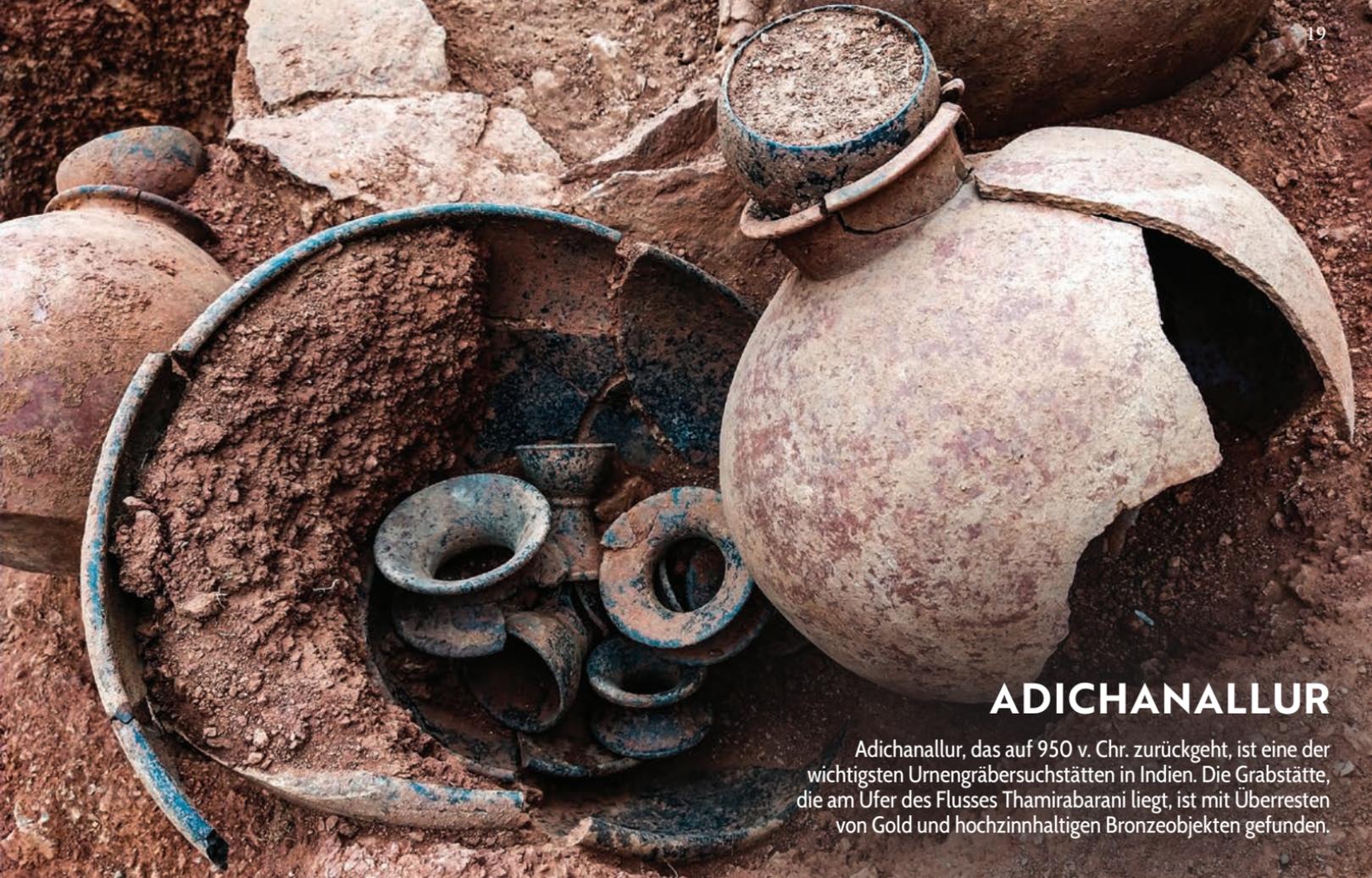
## ARMAMALAI HÖHLE (ARMAMALAI CAVE)

Diese Lehm- und ungebrannte Ziegelstruktur in der Höhle wurde in einen Jain-Tempel umgewandelt und ist für ihre Gemälde bekannt. Diese Gemälde zeigen die Geschichten des Jainismus und sind auf das 8. Jahrhundert n. Chr. datierbar und ähneln den Sittanavasal-Gemälden.

# SIVAGALAI

Sivagalai liegt am Ufer des Flusses Porunai (Tampirapa-rani) im Distrikt Thoothukudi. Die Siedlung gilt als alte tamilische Siedlung. Das radiometrische Datum (AMS-Datum), das dem von der Stätte gesammelten Paddy zugeordnet wurde, geht auf 1155 v. Chr. zurück.





## ADICHANALLUR

Adichanallur, das auf 950 v. Chr. zurückgeht, ist eine der wichtigsten Urnengräbersuchstätten in Indien. Die Grabstätte, die am Ufer des Flusses Thamirabarani liegt, ist mit Überresten von Gold und hochzinnhaltigen Bronzeobjekten gefunden.

# KORKAI

Korkai liegt am Ufer des Flusses Tamiraparani in Thoothukudi. Die Siedlung wurde als Hauptstadt und Hafenstadt der Sangam-Ära Pandya identifiziert. Beweise für die Muschelarmreifindustrie wurden ebenfalls gefunden.





## KODUMANAL

Das Dorf Kodumanal in Erode am nördlichen Ufer des Flusses Noyyal war einst ein blühendes Handels- und Industriezentrum für die Herstellung von Glasperlen, Eisen und Kupfer sowie für die Textilproduktion.

## KEEZHADI

Keezhadi (auch bekannt als Keeladi) liegt am Ufer des Flusses Vaigai in der Nähe von Madurai. Das Material, das bei den Ausgrabungen in Keezhadi ausgegraben wurde, enthüllte die Existenz von Landwirtschaft, Industrie und Handel. Die Damili-beschrifteten Tonscherben repräsentieren die Existenz einer gebildeten Gesellschaft im 6. Jahrhundert v. Chr.



## VEMBA KOTTAI

Dieser Ort liegt am Ufer des Flusses Vaippar von Virudhunagar. Antiquitäten wie mikrolithische Werkzeuge, Muschelobjekte, Terrakottafiguren, Ornamente, Würfel und Glasperlen wurden ausgegraben, die ihre Existenz von der Mikrolithzeit bis zum Mittelalter darstellen.

# THIRUKKURAL

Das Thirukkural (heilige Verse) ist ein klassischer tamilischer Text, der aus 1.330 kurzen Couplets (Kurals) mit jeweils sieben Wörtern besteht. Der Text ist in drei Bücher mit aphoristischen Lehren über Tugend (aram), Reichtum (porul) und Liebe (inbam) unterteilt.





## SANGAM LITERATUR (SANGAM LITERATURE)

Die Sangam-Literatur, historisch bekannt als "die Poesie der Edlen", bezeichnet alte tamilische Literatur und ist die früheste bekannte Literatur in Indien. Es ist mit drei literarischen Zusammenkünften um Madurai und Kapātapuram (Pandyen-Hauptstädte) verbunden.

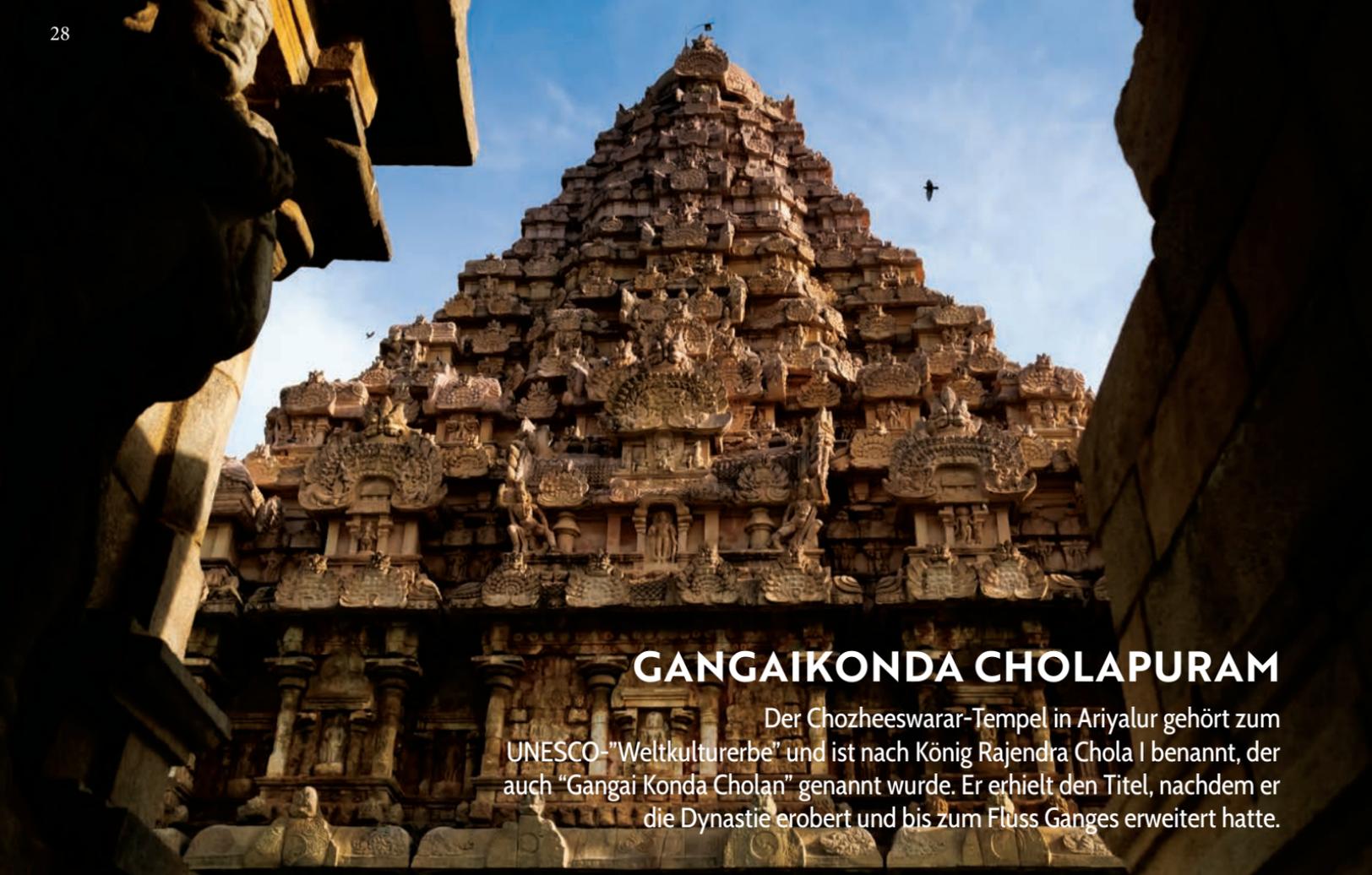


# **GESCHICHTEN VON ANTIKEN ERBES**



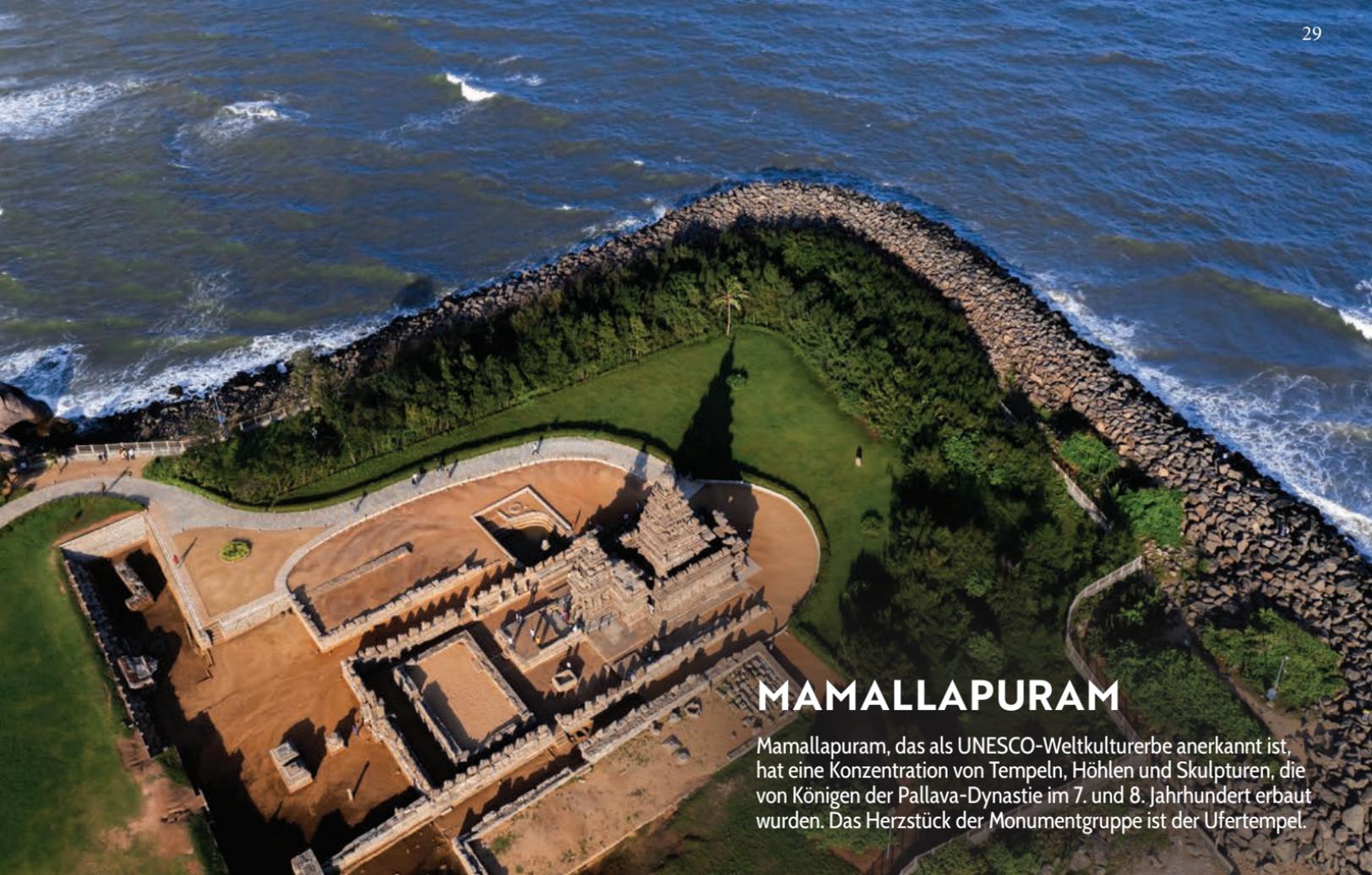
## KUMBAKONAM

Der Sarangapani-Tempel am Ufer des Flusses Kaveri in Kumbakonam ist ein unvergesslicher Anblick. Das Heiligtum des Tempels ist ein architektonisches Meisterwerk. Es ist wie ein Wagen mit Rädern gestaltet, die von Pferden und Elefanten gezogen werden.



## GANGAIKONDA CHOLAPURAM

Der Chozheeswarar-Tempel in Ariyalur gehört zum UNESCO-„Weltkulturerbe“ und ist nach König Rajendra Chola I benannt, der auch „Gangai Konda Cholan“ genannt wurde. Er erhielt den Titel, nachdem er die Dynastie erobert und bis zum Fluss Ganges erweitert hatte.



## MAMALLAPURAM

Mamallapuram, das als UNESCO-Weltkulturerbe anerkannt ist, hat eine Konzentration von Tempeln, Höhlen und Skulpturen, die von Königen der Pallava-Dynastie im 7. und 8. Jahrhundert erbaut wurden. Das Herzstück der Monumentgruppe ist der Ufertempel.

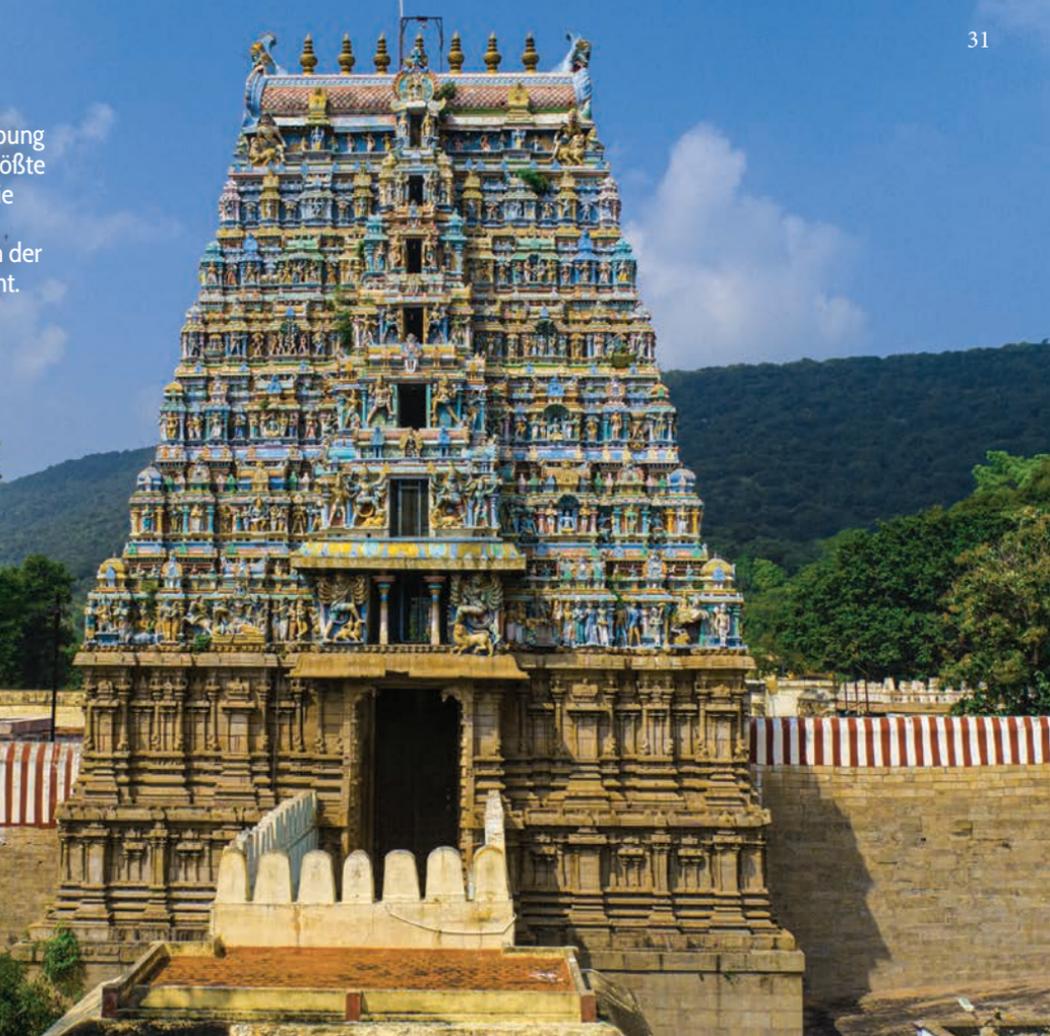
## THANJAVUR

Dieser Tempel hat den höchsten Vimanam (Tempelturm) der Welt und sein Kumbam (Struktur auf der Spitze) wiegt mehr als 70 Tonnen. Es gilt als das schönste Beispiel der Chola-Architektur und wurde von der UNESCO zum "Weltkulturerbe" erklärt.



# AZHAGAR KOVIL

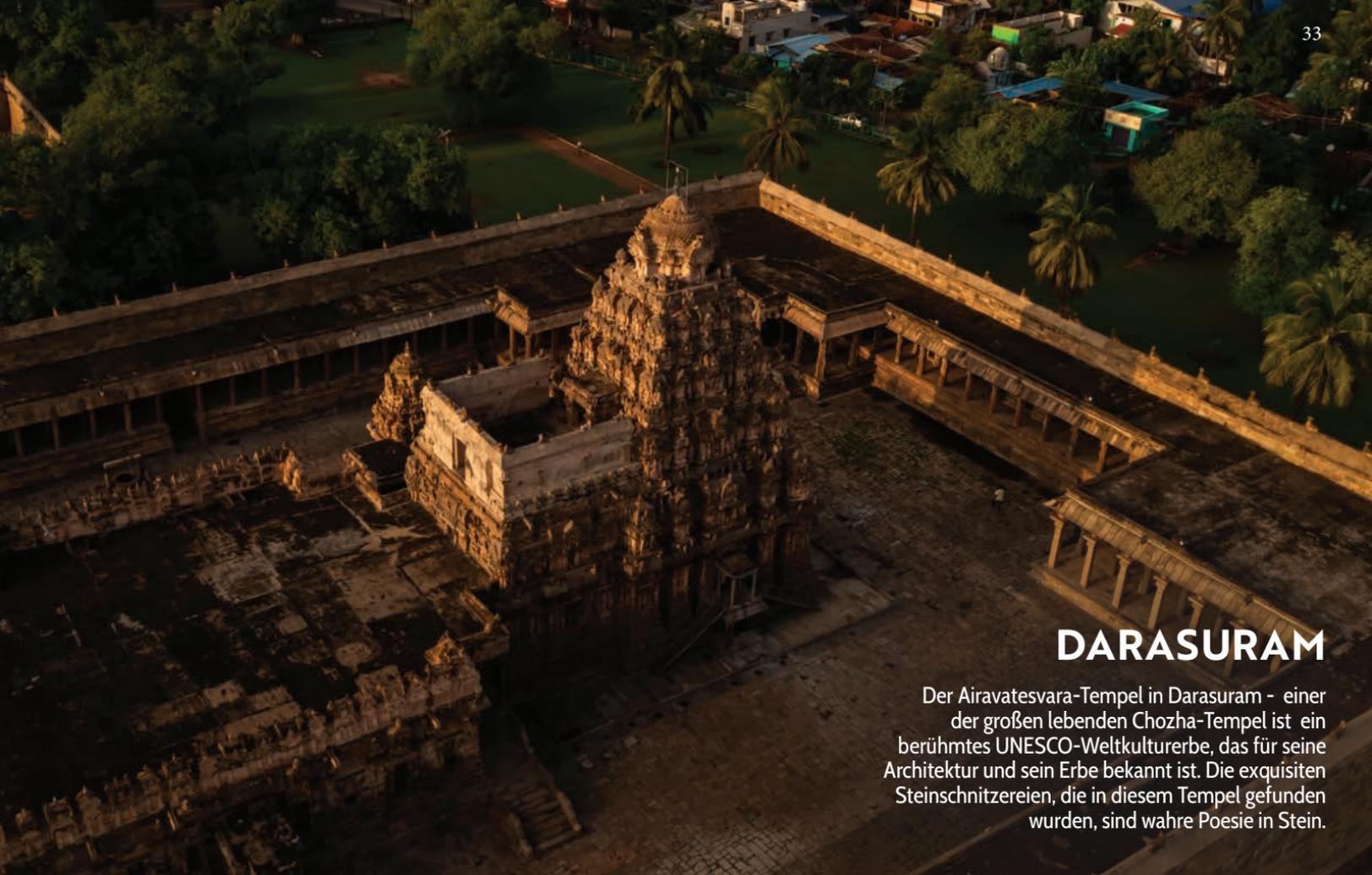
Erbaut in einer malerischen natürlichen Umgebung und inmitten historischer Ruinen, wurde der größte Teil seiner Architektur von der Pandya-Dynastie beigetragen. Es findet einen Platz in fast allen alten hinduistischen Schriften und wird auch in der epischen Legende von Silappathikaram erwähnt.





## KANCHIPURAM

Der Kailasanathar-Tempel, inspiriert von der traditionellen Pallava-Architektur, hat die frühesten Werke der Kalligraphie. Erbaut vom Pallava-König Narasimha Varman, glauben viele Historiker, dass dieser Tempel in Kanchipuram die Inspiration für viele Tempel in Südindien ist.



## DARASURAM

Der Airavatesvara-Tempel in Darasuram - einer der großen lebenden Chozha-Tempel ist ein berühmtes UNESCO-Weltkulturerbe, das für seine Architektur und sein Erbe bekannt ist. Die exquisiten Steinschnitzereien, die in diesem Tempel gefunden wurden, sind wahre Poesie in Stein.

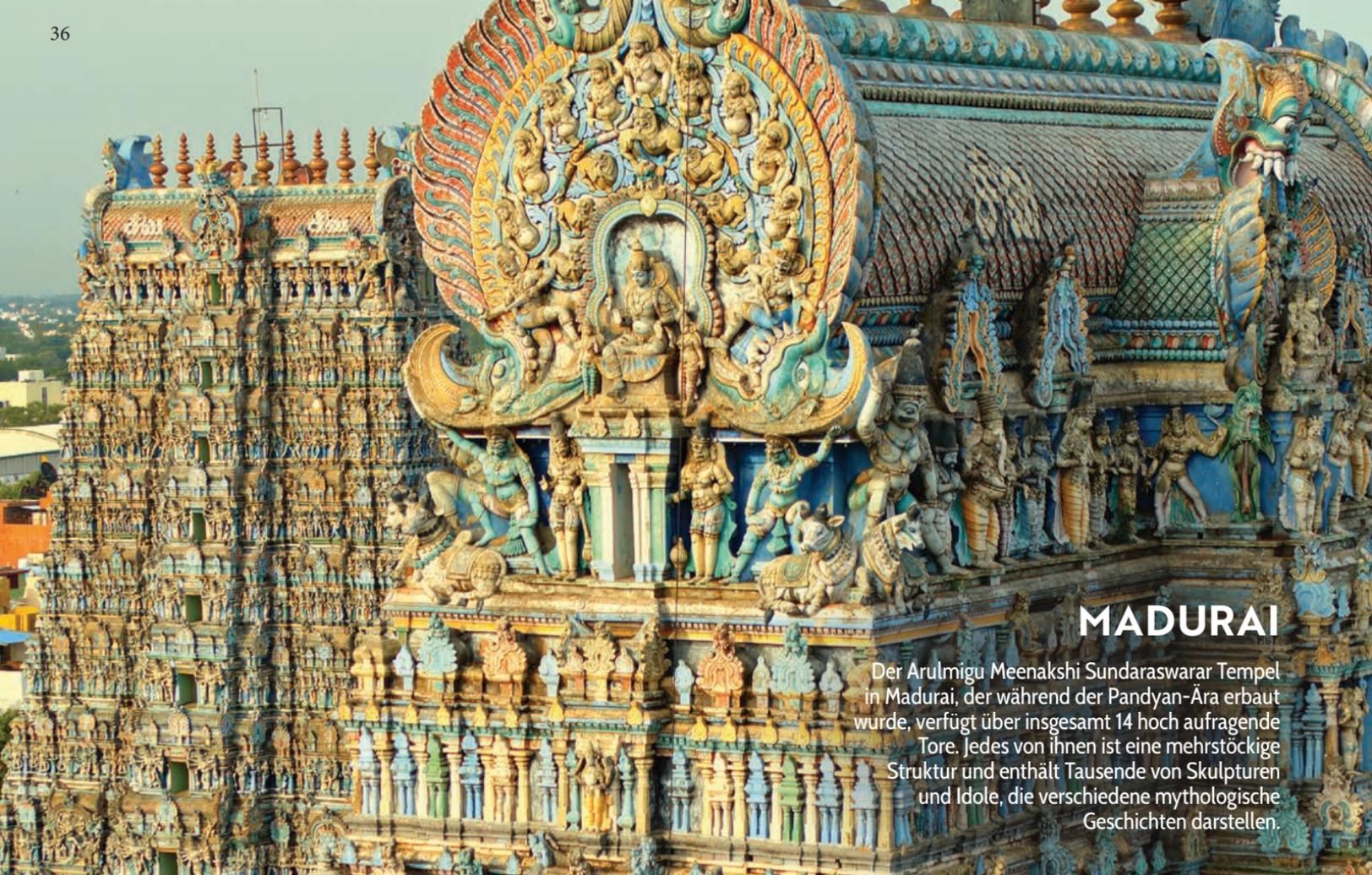


# GESCHICHTEN VON GÖTTLICHEN TEMPELN



## SRI RANGAM

Der Arulmigu Ranganathaswamy Tempel ist einer der größten lebenden Hindu-Tempel der Welt. Auf der Insel Srirangam im Fluss Kaveri gelegen, erstreckt es sich über 65 Hektar und befindet sich in einem massiven Tempelkomplex.



## MADURAI

Der Arulmigu Meenakshi Sundaraswarar Tempel in Madurai, der während der Pandyan-Ära erbaut wurde, verfügt über insgesamt 14 hoch aufragende Tore. Jedes von ihnen ist eine mehrstöckige Struktur und enthält Tausende von Skulpturen und Idole, die verschiedene mythologische Geschichten darstellen.

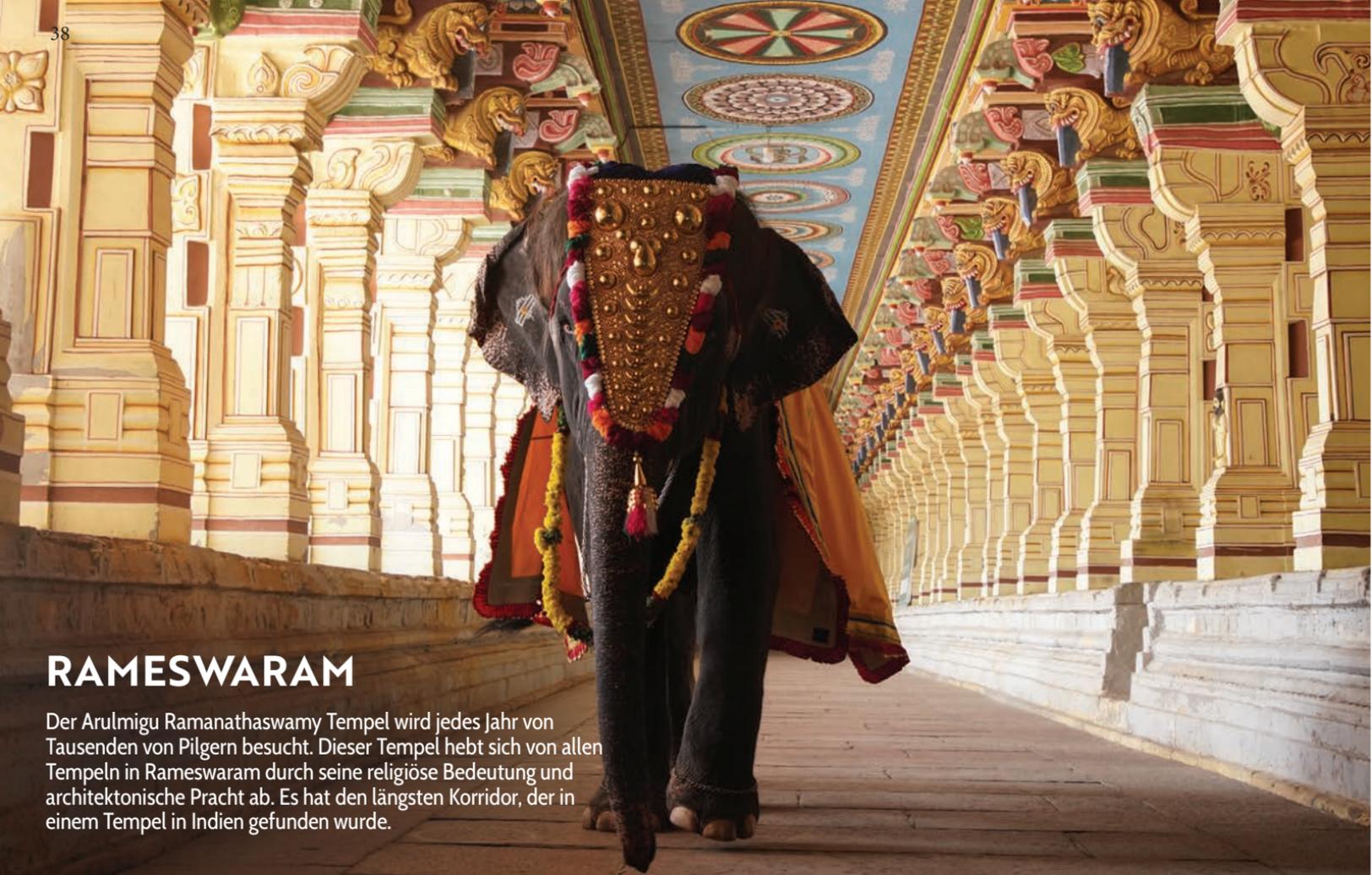
# THIRUVANNAMALAI

Der Arulmigu Arunachaleswarar Tempel stellt ein ursprüngliches natürliches Element dar - Feuer, was ihn zu einem der "Pancha Bootha Sthalams" macht. Es ist der achtgrößte Tempel der Welt, und die Legende besagt, dass Lord Shiva sich in diesem Tempel als Feuer manifestierte.



## RAMESWARAM

Der Arulmigu Ramanathaswamy Tempel wird jedes Jahr von Tausenden von Pilgern besucht. Dieser Tempel hebt sich von allen Tempeln in Rameswaram durch seine religiöse Bedeutung und architektonische Pracht ab. Es hat den längsten Korridor, der in einem Tempel in Indien gefunden wurde.





# SRIVILLIPUTHUR

Der Arulmigu Nachiyar (Aandal) Tempel in Srivilliputhur nimmt einen einflussreichen Platz in der Vaishnava-Philosophie ein. Der Tempel hat einen der höchsten Tempeltürme (Gopuram) und gilt als Inspiration für das offizielle Logo der Regierung von Tamil Nadu.



# GESCHICHTEN VON PULSIERENDEN FESTIVALS



## JALLIKATTU

Jallikattu ursprünglich Eru Thazhuvuthal genannt, was übersetzt Stierumarmung bedeutet, ist eine Veranstaltung, die am dritten Tag des Pongal-Festivals stattfindet. Es ist eine uralte Tradition, die ihren Ursprung in der Marutham-Landschaft hat, um die Kraft der üppigen tamilischen Bullen zu feiern.



## PONGAL

Pongal, ein viertägiges tamilisches Fest, markiert die Erntezeit für die landwirtschaftliche Gemeinschaft. Das Festival dreht sich um die Idee, der Natur dafür zu danken, dass sie die Energiequelle für die Landwirtschaft ist, einschließlich der Sonne, Kühe, Bullen und anderer Haustiere, die ihnen helfen.

## KULASAI DUSSEHRA

Der Weiler Kulasekarapattinam verwandelt sich in einen neuen Avatar für das 10-tägige Festival von Dussehra. Lakhs von Devotees, die aufwendige Kostüme und Masken tragen, die Interpretationen der Form von Amman sind, versammeln sich hier zu den Feierlichkeiten.



# NAMMA OORU THIRUVIZHA

"Das Festival unseres Landes" ist ein jährliches Fest, das als Zusammenfluss von lokaler Kunst und Folklore fungiert und vom Department of Tourism und dem Department of Arts and Culture in Tamil Nadu organisiert wird. Dieses Festival findet als eintägige Feier mit über 400 Künstlern statt.





## **MAMALAPURAM TANZFESTIVAL (MAMALLAPURAM DANCE FESTIVAL)**

Das Mamallapuram Dance Festival ist eines der bemerkenswertesten Festivals in Indien. Die atemberaubenden Tänze, die etwa zwanzig Tage lang in der Stadt Mamallapuram organisiert werden, werden auf einer geschmückten Bühne mit den historischen UNESCO-Denkmalern als Kulisse aufgeführt.



# **GESCHICHTEN VON VERFÜHRE- RISCHEN KÜNSTEN**



## BHARATANATYAM

Bharatanatyam, eine klassische Tanzform, die in den Tempeln von Thanjavur entwickelt wurde, hat ihren Ursprung auf Sadirattam. Es ist eine Kunstform, die Theater, Musik, Literatur und Poesie in einem vereint.



## THERUKOOTHU

Therukoothu, was übersetzt Straßenspiel bedeutet, ist eine informelle Tanzaufführung, die seit Jahrhunderten von Künstlern in lebhaften Kostümen und Make-up aufgeführt wird, die Szenen aus der tamilischen Sangam-Literatur darstellen. Neben der Unterhaltung feiert es die tamilische Lebensweise.



## KARAGAATTAM

Karagaattam ist ein alter Volkstanz aus Tamil Nadu, der zum Lob der Regengöttin Mariamman aufgeführt wird. Dieser Tanz ist von zwei Arten, Aatta Karagam hauptsächlich als Unterhaltung und Sakthi Karagam, der nur in Tempeln als spirituelle Opfergabe aufgeführt wird.



# **GESCHICHTEN VON BEZAUBERNDEN HANDWERK**



## **ATHANGUDI FLIESEN (ATHANGUDI TILES)**

Athangudi-Fliesen sind im Grunde Zementfliesen wie Mosaik, aber im Gegensatz zu maschinell gepressten und produzierten Mosaiken werden sie über Glasoberflächen handgefertigt. Sie werden hauptsächlich im Dorf Athangudi in der Region Chettinad hergestellt und bewahren ein Erbe und eine Größe.

The image shows a collection of golden bronze statues of Hindu deities. The central figure is a standing deity, possibly Lord Venkateswara, with a tall, ornate crown and multiple arms holding various objects. The background is filled with other similar statues, some of which are out of focus, creating a sense of depth and abundance. The lighting is warm and dramatic, highlighting the intricate details of the sculptures.

## SWAMIMALAI BRONZEN (SWAMIMALAI BRONZES)

Die uralte Kunst der Bronzesculptur hat Swamimalai, eine kleine Stadt am Stadtrand von Thanjavur, weltberühmt gemacht. Diese begehrten Bronzestatuen verkörpern Anmut und Präzision und verbinden das Know-how, die Handwerkskunst und die künstlerische Sensibilität von Handwerksmeistern. Dieses Handwerk wurde über Generationen weitergegeben und ist mehr als 1100 Jahre alt.



## THANJAVUR PUPPEN (THANJAVUR DOLLS)

Traditionell mit Lehm aus dem Fluss Kaveri hergestellt, wurden diese vom Design des Peruvudaiyar Gopuram inspiriert, das nicht auf einem Steinsockel, sondern auf dem Sand errichtet wird. Im Falle eines Erdbebens wackelt die Struktur ohne Risse nur und setzt sich wieder in Position ein.



## NACHIYAR KOVIL KUTHUVILAKU

Es ist eine dekorative Messinglampe aus einer Reihe von Diyas, einem Handwerksprodukt, das ausschließlich von der Gemeinde Pather (Kammalar) in der Stadt Nachiyar Koil hergestellt wird. Die Lampe, die ein Hohl-guss ist, wird in verschiedenen Größen hergestellt und besteht aus vier Teilen, die miteinander verschraubt sind.

## KANCHIPURAM SAREES

Diese Saris zeichnen sich durch ihre breiten Kontrastgrenzen aus. Die Saris sind aus reinem Maulbeerseidenfaden gewebt. Diese Saris werden von den meisten Frauen als Braut-Saris getragen und schätzungsweise 5000 Familien sind am Handwerk beteiligt.



# GESCHICHTEN VON KÖNIGLICHEN WOHNSTÄTTEN

# THANJAVUR PALAST (THANJAVUR PALACE)

Der Thanjavur-Palast, der 1550 n. Chr. von Vijayaraghava Nayaka erbaut wurde, präsentiert eine einzigartige architektonische Mischung. Die Marathas nahmen nach ihrem Sieg über die Struktur Ergänzungen vor. Es bleibt bis heute die Residenz der königlichen Familie Bhonsle.



# TRANQUEBAR FORT

Das Tranquebar Fort ist das zweitgrößte dänische Fort der Welt am Ufer des Golfs von Bengalen. Es wurde im 17. Jahrhundert gegründet, um die Handelsaktivitäten zwischen dem Königreich Chola und Dänemark zu unterstützen.



# THIRUMALAI NAYAKAR MAHAL

Die königliche Residenz Thirumalai Nayakar Mahal, die 1636 n. Chr. von Thirumala Nayaka in Madurai erbaut wurde, präsentiert eine Mischung aus italienischer und dravidischer Architektur. Die Residenz, die mit Blattmauerwerk gebaut wurde, hat Säulen, die 82 Fuß hoch und 13 Fuß breit sind.





# GESCHICHTEN VON KÖSTLICHER KÜCHE



## MITTAGESSEN (LUNCH)

Im Volksmund als "volle Mahlzeiten" bezeichnet, servieren alle traditionellen Restaurants, Messen und Restaurants in Tamil Nadu volle Mahlzeiten zum Mittagessen. Es ist auch ein Grundnahrungsmittel bei Festivals, Hochzeiten und anderen besonderen Anlässen.



A top-down view of a brass bowl filled with frothy coffee next to a large pile of coffee beans on a wooden surface. The coffee has a thick, bubbly head. The beans are dark brown and scattered around the bowl. The background is a warm-toned wooden surface.

## **FILTER-KAFFEE (FILTER COFFEE)**

Der Filterkaffee wird hergestellt, indem aufgeschäumte und gekochte Milch mit der Abkochung von fein gemahlenem Kaffeepulver in einem traditionellen indischen Filter gemischt wird. International wird das Getränk als Madras-Filterkaffee bezeichnet.



## KOVILPATTI KADALAI MITTAI

Im April 2020 erhielt der Kovilpatti Kadalai Mittai eine geografische Angabe. Der simple Snack wird hergestellt, indem man geröstete Erdnüsse auf großen Tablett ausbreitet, über die Vella Paagu oder geschmolzener Jaggery-Sirup gegossen wird. Wenn sich der Sirup verfestigt, bildet er ein Erdnussbonbon.



## TIRUNELVELI HALWA

Ein Markenzeichen von Tirunelveli ist die Wiedergabe der indischen Süßigkeit Halwa. Tirunelveli Halwa wird als heißes Gelee aus einer einzigartigen Mischung aus Weizen, Zucker und Milch serviert, das in Bottichen und Bottichen aus reinem Ghee gekocht wird.



## GABELFRÜHSTÜCK (TIFFIN)

Die Lebensmittel, die Teil des beliebten Frühstücks / Abendessens in Tamil Nadu sind, zeigen die Vielseitigkeit von Reis. Die Hauptstützen werden von Sambhar, einem Eintopf auf Linsenbasis, und einer Reihe von Chutneys wie Kokosnuss, Tomate, Tamarinde, Erdnuss usw. begleitet.



## MADURAI JIGARTHANDA

Milch in verschiedenen Formen ist das Herzstück von Jigarthanda - Milch selbst, Kondensmilch und Milcheis. Mandelpisin oder Kaugummi, der umgangssprachlich Kadal Paasi genannt wird, fügt Textur hinzu. Nannari Sarbath, aus der Sarsaparilla-Wurzel, fügt Süße hinzu.



# GESCHICHTEN VON CHARMANTEN SCHAUPLÄTZEN

# AUROVILLE

Auroville ist eine Stadt im Distrikt Viluppuram im indischen Bundesstaat Tamil Nadu. Mirra Alfassa, die Auroville 1968 gründete, sagt: "Auroville strebt danach, eine universelle Stadt zu sein, in der Männer und Frauen aller Länder in Frieden und fortschrittlicher Harmonie leben können."



## GINGEE FORT

Ursprünglich von Ananta Konar der Konar-Dynastie um 1190 n. Chr. erbaut und später von Krishna Konar befestigt, ist das Gingee-Fort ein massiver Festungskomplex in Villuppuram. Der Maratha-König Chhatrapati Shivaji nannte sie die "uneinnehmbarste Festung Indiens".



# VELANKANNI KIRCHE (VELANKANNI CHURCH)

Bekannt als die "Lourdes des Ostens" ist die Velankanni-Kirche in Nagapattinam eines der am meisten verehrten Pilgerzentren für die Katholiken in Indien. Es ist eines der meistbesuchten römisch-katholischen Heiligtümer des lateinischen Ritus, mit über 20 Millionen Pilgern, die es jedes Jahr besuchen.





# GESCHICHTEN VON AUFREGENDEN ABENTEUERN



## KITESURFEN (KITE SURFING)

Tamil Nadus starke Winde machen es zu einem idealen Ort für Sportarten wie Kitesurfen. Die Winde, die über den Ufern von Thoothukudi und Manapad vorherrschen, haben eine Kitesurf-Community in der Region geschaffen.

## MOUNTAINBIKING (MOUNTAIN BIKING)

Offroad-Radfahren, über raues und felsiges Gelände auf einem Mountainbike, kann die perfekte Lösung für diejenigen sein, die diesen Adrenalinschub suchen. Tamil Nadu hat eine Reihe von beliebten Mountainbike-Strecken durch Masinagudi, Ooty, Coonoor, Kodaikanal, etc.





## KAJAKEN (KAYAKING)

Kajakfahren kann sowohl als Wettkampfsport als auch als Freizeitaktivität gelten. Dennoch sind ruhige und relativ flache Gewässer ideal zum Kajakfahren, das man in Muttukadu (Chennai), Rameshwaram, Thirumoorthy Dam und so weiter versuchen kann.



## PARAMOTORISIERUNG (PARAMOTORING)

Paramotoring gilt als die einfachste Form der Luftfahrt, für die keine Lizenz erforderlich ist. Man kann den Sport im ECR-Gebiet in Chennai ausprobieren, nachdem man ein Pilottrainingsprogramm absolviert hat.

## TAUCHEN (SCUBA DIVING)

Tauchen und Schnorcheln ist der beste Weg, um das Unterwasserleben im Meer zu erkunden, das man in Rameshwaram und Chennai versuchen kann. Man kann eine große Vielfalt an einheimischen Fischen, Weichtieren, Meeresschildkröten und Meeressäugern wie Dugongs und Delfinen finden.





## **SURFEN (SURFING)**

Die Küste von Kovalam, einem kleinen Fischerdorf, ist das neue Surfziel Indiens. Das Wetter und die Wellen gehen Hand in Hand und machen es zum besten Ort für Jung und Alt, um das Wellenreiten zu lernen.



## GLEITSCHIRMFLIEGEN (PARAGLIDING)

Paragliding ist eine Abenteuersportart, die an Orten in höheren Lagen ausprobiert werden kann. Flieger können alleine oder im Tandem mit einem ausgebildeten Gleitschirmflieger fliegen, um sie zu führen. Man kann Paragliding in Yelagiri, Yercaud und Kodaikanal versuchen.



# GESCHICHTEN VON ERFREULICHER VERJÜNGUNG



## YOGA

Im Yoga wird der Geist durch Meditation diszipliniert und der Körper ausgerichtet und gestärkt. Verschiedene spezifische Yoga-Retreats finden Sie in Auroville sowie im Nilgiris.



## WELLNESS RESORTS

Ganzheitliche Wellness-Resorts und Retreats gibt es rund um Tamil Nadu, an der gesamten Ostküste sowie in Städten wie Coimbatore und Thanjavur. Sie bieten Panchakarma, Yoga, Einsamkeit, Verjüngung, ayurvedische Diäten und vieles mehr.



## ENTGIFTUNG UND VERJÜNGUNG (DETOX AND REJUVENATION)

Unsere traditionellen Entgiftungs- und Verjüngungstherapien umfassen Kräuter, Nahrungsergänzungsmittel, Entschlackungen, Einläufe, Aderlässe und eine Diätkur, sowie stressabbauende Lebenspraktiken wie Meditation und Massage.

## Department of Tourism

Tamil Nadu Tourism Complex,  
#2, Wallajah Road, Chennai- 600002  
Fax: +044 25333385, 25333567  
Email: [tourism@tn.gov.in](mailto:tourism@tn.gov.in)



VISIT US



[tntourismoffcl](#)



[TamilNaduTourism](#)



[tamilnadutourism.in.gov.in](http://tamilnadutourism.in.gov.in)