

lonely planet

# Bali, Lombok y Nusa Tenggara

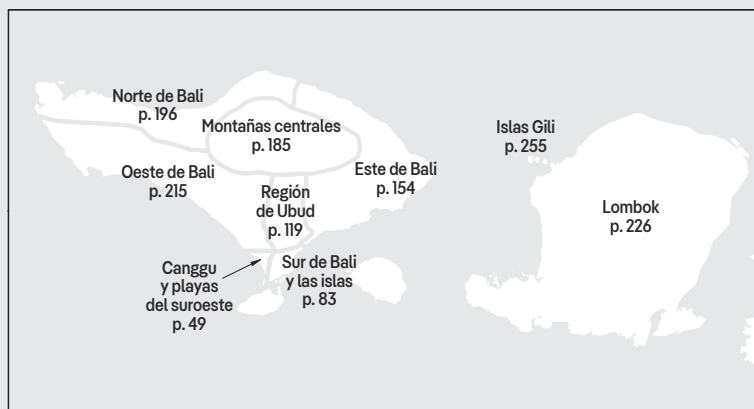
La danza  
balinesa  
en detalle

Guía del  
Gunung Rinjani

La arquitectura  
de los  
templos

**Nº 1**  
LA GUÍA DE  
BALI, LOMBOK Y  
NUSA TENGGARA  
MÁS VENDIDA

# Bali, Lombok y Nusa Tenggara



**Narina Exelby, Anna Kaminski,  
Sarah Lempa y Ryan Ver Berkmoes**



“La danza balinesa (p. 126) fluye con gracia hipnótica mientras los bailarines cuentan historias con la esencia de la tradición hindú”.



“El bosque de los monos de Ubud (p. 133), hoy popular, era una gran extensión de terreno con sombra con tres templos y una tropa de más de 1000 monos”.

#### geoPlaneta

Av. Diagonal 662-664, 08034 Barcelona  
www.geoplaneta.com - www.lonelyplanet.es

#### Lonely Planet Global Limited

Lonely Planet Global Limited, Digital Depot,  
The Digital Hub, Dublin D08 TCV4, Irlanda  
www.lonelyplanet.com

Contacta con Lonely Planet en: [lonelyplanet.com/contact](http://lonelyplanet.com/contact)

#### Bali, Lombok y Nusa Tenggara

3ª edición en español - enero del 2025  
Traducción de *Bali, Lombok & Nusa Tenggara*, 19ª edición - julio del 2024  
© Lonely Planet Global Limited  
1ª edición en español - octubre del 2017

#### Editorial Planeta, S.A.

Av. Diagonal 662-664, 7ª - 08034 Barcelona (España)  
Con la autorización para la edición en español de Lonely Planet Global Ltd  
A.B.N. 36 005 607 983, Lonely Planet Global Limited, Digital Depot,  
The Digital Hub, D08 TCV4 Dublin, Irlanda

Aunque Lonely Planet, geoPlaneta y sus autores y traductores procuran que la información sea lo más precisa posible, no garantizan la exactitud de los contenidos de este libro, ni aceptan responsabilidad por pérdida, daño físico o contratiempo que pudiera sufrir cualquier persona que lo utilice.

© Textos: Lonely Planet, 2024  
© Fotografías: según se relaciona en cada imagen, 2024  
© Cartografía: Lonely Planet y OpenStreetMap  
<http://openstreetmap.org/copyright>, 2024  
© Edición en español: Editorial Planeta, S.A., 2025  
© Traducción: Bettina Batalla, Manuel Cuesta, 2025  
© Reproducción de cubiertas p. 35, cortesía de: 1 y 2, José J. de Olañeta Ediciones

El editor quiere agradecer las autorizaciones recibidas para reproducir las cubiertas en este libro. Se han realizado todos los esfuerzos para contactar con los propietarios de los copyrights. Con todo, si no se ha conseguido la autorización o el crédito correctos, el editor ruega que le sea comunicado.

ISBN: 978-84-08-29098-8  
Depósito legal: B. 8.345-2024  
Impresión y encuadernación: Macrolibros  
Printed in Spain - Impreso en España

La lectura abre horizontes, iguala oportunidades y construye una sociedad mejor.

La propiedad intelectual es clave en la creación de contenidos culturales porque sostiene el ecosistema de quienes escriben y de nuestras librerías.

Al comprar este libro estarás contribuyendo a mantener dicho ecosistema vivo y en crecimiento.

En **Grupo Planeta** agradecemos que nos ayudes a apoyar así la autonomía creativa de autoras y autores para que puedan seguir desempeñando su labor.

Dirigete a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos) si necesitas fotocopiar o escanear algún fragmento de esta obra. Puedes contactar con CEDRO a través de la web [www.conlicencia.com](http://www.conlicencia.com) o por teléfono en el 91 702 19 70 / 93 272 04 47.

Lonely Planet y el logotipo de Lonely Planet son marcas registradas de Lonely Planet en la Oficina de Patentes y Marcas de EE UU y otros países. Lonely Planet no autoriza el uso de ninguna de sus marcas registradas a establecimientos comerciales tales como puntos de venta, hoteles o restaurantes. Por favor, informen de cualquier uso fraudulento a [www.lonelyplanet.com/legal/intellectual-property](http://www.lonelyplanet.com/legal/intellectual-property).

Queda expresamente prohibida la utilización o reproducción de este libro o de cualquiera de sus partes con el propósito de entrenar o alimentar sistemas o tecnologías de inteligencia artificial.

El papel de este libro procede de bosques gestionados de forma sostenible y de fuentes controladas.

# SUMARIO

## Puesta a punto

El viaje empieza aquí.....	4
Mapa de Bali, Lombok y Nusa Tenggara.....	6
Imprescindibles.....	8
Regiones y ciudades.....	22
Itinerarios.....	24
Cuándo ir.....	32
Prepararse para Bali, Lombok y Nusa Tenggara ..	34
Dónde dormir en el sur de Bali.....	36
Lidiar con el tráfico de Bali.....	37
Sabores locales.....	38
Al aire libre.....	42



Ofrendas tradicionales.

## En ruta

### Canggu y playas del suroeste.....49

Canggu.....	52
Alrededores de Canggu.....	57
Seminyak.....	63
Alrededores de Seminyak.....	68
Kuta.....	72
Alrededores de Kuta.....	77

### Sur de Bali y las islas ..... 83

Sanur.....	86
Alrededores de Sanur.....	91
Uluwatu.....	96
Alrededores de Uluwatu.....	100
Nusa Lembongan.....	106
Alrededores de Nusa Lembongan.....	112

### Región de Ubud ..... 119

Ubud.....	122
Alrededores de Ubud (norte).....	142
Alrededores de Ubud (sur).....	147

### Este de Bali ..... 154

Klungkung.....	158
Alrededores de Klungkung.....	161
Padang Bai.....	170
Alrededores de Padang Bai.....	172
Amlapura.....	174
Alrededores de Amlapura.....	178

### Montañas centrales ..... 185

Munduk.....	188
Alrededores de Munduk.....	193

### Norte de Bali ..... 196

Lovina.....	200
-------------	-----



Pura Tanah Lot (p. 222).

Alrededores de Lovina.....	202
Permuteran.....	207
Alrededores de Permuteran.....	209

### Oeste de Bali..... 215

Tabanan.....	218
Alrededores de Tabanan.....	221

### Lombok.....226

Kuta.....	230
Alrededores de Kuta.....	233
Senggigi.....	237
Mataram.....	240
Senaru.....	243
Alrededores de Senaru.....	245
Península suroeste y las Gili secretas.....	249

### Islas Gili ..... 255

Gili Trawangan.....	258
Gili Meno.....	261
Gili Air.....	264

### Nusa Tenggara..... 268

Flores.....	272
Alrededores de Flores.....	282
Timor Occidental.....	287
Alrededores de Timor Occidental.....	295
Sumba.....	298
Islas Nusa Tenggara.....	308



Sumbawa (p. 285).

## Guía práctica

Cómo llegar .....	314
Cómo desplazarse .....	315
Alquilar un coche (con chófer) .....	316
Dinero .....	317
Alojamiento .....	318
Viajar en familia .....	319
Salud y seguridad .....	320
Viajar en barco sin peligro .....	321

Comida, bebida y fiesta .....	322
Turismo responsable .....	324
Comunidad LGTBQ+ .....	326
Accesibilidad .....	327
La arquitectura de los templos de Bali .....	328
Mujeres viajeras .....	330
Lo esencial .....	331
Idioma .....	332

## Para saber más

Una historia de Bali, Lombok y Nusa Tenggara en 15 lugares .....	336
Así son los balineses .....	340
La isla de los demonios: el lado oscuro de Bali .....	342
Tejidos 'ikat' .....	346
Culturas minoritarias de Nusa Tenggara .....	348
El sistema 'subak' de Bali .....	351



Esnórquel en Gili Trawangan (p. 259).

# BALI, LOMBOK Y NUSA TENGGARA

## EL VIAJE EMPIEZA AQUÍ

En 1993 visité Bali y Lombok por primera vez. Ya en el diminuto aeropuerto de Bali, el policía que controló mi pasaporte me dijo con la voz más dulce posible: “Pase usted en Bali un cumpleaños estupendo”. ¿Cómo no enamorarse? Desde entonces he estado viviendo en Bali varias veces y he viajado por todo el archipiélago de Nusa Tenggara, con su pasmosa diversidad de sitios, gente y playas, claro.

En Bali se habla mucho de lo rápido que cambia todo, pero esa intensidad y ese dinamismo forman parte de su encanto. Es verdad que muchos de estos lugares han cambiado muchísimo, pero su esencia sigue evocando amor.

### Ryan Ver Berkmoes

[@ryanverberkmoes](#)

*Ryan ha viajado por todo el mundo y ha escrito más de 150 guías de viaje.*



**Mi experiencia favorita** La puesta de sol en la playa de Pemuteran (p. 207), con niños jugando a fútbol en la arena, y lugareños y visitantes paseando sin distinción junto al mar.

## RINCONES FAVORITOS

Nuestros autores/as eligen los lugares que, en su opinión, definen Bali, Lombok y Nusa Tenggara.

ANGUS VAN DER LOOT/SHUTTERSTOCK ©



**Sumba** (p. 298) es cautivadora: el surf, las tranquilas Waingapu y Tambolaka, los tejidos *ikat* de Nusa Tenggara, las excursiones por la selva, las cascadas cristalinas y las aldeas de hospitalarios vecinos. El viajero puede asistir a la reparación de un tejado típico o charlar mientras mastica buyo con el sacerdote de la aldea.

### Anna Kaminski

@anna.cohen.kaminski

Anna escribe sobre viajes, cultura y cocina.

FENKLEANDRES/SHUTTERSTOCK ©



La **península suroeste** (p. 249) de Lombok alberga las Gili "secretas", una cadena relativamente desconocida de islas diminutas donde reina la calma más grata posible. Vale la pena saltar de joya en joya y admirar, bajo las limpidas aguas, el impresionante laberinto de coral, donde los peces superan en número a las personas.

### Sarah Lempa

@travelempa

Sarah escribe sobre viajes, psicología y otros temas comprendidos entre ambos.

IRVINA HORBAKOVIA/SHUTTERSTOCK ©



La selva sagrada de **Danau Tamblingan** (p. 191) es una parte de Bali que lleva siglos intacta. Hay almeces y ficus que se yerguen sobre este intrincado ecosistema desde hace más de 600 años. La selva está protegida y resulta tranquilizador saber que, por mucho que pueda cambiar Bali, eso seguirá siendo así.

### Narina Exelby

@narina.exelby

Narina es escritora. Vive entre Sudáfrica e Indonesia.



CONSEJOS E INFORMACIÓN  
INDEPENDIENTE

**“En Bali, Lombok y Nusa Tenggara,  
la deslumbrante naturaleza se entrelaza con  
tradiciones milenarias creando un destino único.”**

### Experiencias asombrosas

Conocimiento experto,  
nuevas miradas,  
joyas sorprendentes

### Fuera de ruta

Nuestros autores  
locales te llevan a  
lugares inesperados

### Este es tu viaje

Da rienda suelta a tus  
pasiones y prepara  
tu viaje perfecto

## Crea un viaje inolvidable

● Recorre los campos de arroz de Ubud, **p. 132** ● Asciende al Gunung Rinjani para disfrutar de vistas increíbles, **p. 246** ● Haz una excursión en barco para ver dragones de Komodo, **p. 282** ● Bucea o haz esnórquel en las islas Gili, **p. 259**

geoPlaneta



## NUESTRO COMPROMISO

Lo contamos tal y como es. Nuestro trabajo consiste en ayudaros a planificar el viaje perfecto. Nuestras recomendaciones se seleccionan de forma independiente tras haberlas experimentado en primera persona, y os ayudarán a viajar mejor y a tener una experiencia más auténtica. Lonely Planet siempre os mantendrá informados de todas las novedades interesantes y podréis descubrir lugares sorprendentes y poco masificados.