



Bali, Lombok y Nusa Tenggara

Región de Ubud

Virginia Maxwell



PDF

Capítulos incluidos en la guía
Bali, Lombok y Nusa Tenggara 2

geoPlaneta 



Región de Ubud

Incluye »

Ubud.	157
Bedulu.	189
Tegallalang.	190
Tampaksiring.	191
Mas.	192
Blahbatuh.	194
Batubulan.	195
Abiansemal.	196

Los mejores restaurantes

- ➔ Hujon Locale (p. 177)
- ➔ Dumbo (p. 181)
- ➔ Mozaic (p. 182)
- ➔ Pica (p. 180)
- ➔ Moksá (p. 181)
- ➔ Locavore (p. 180)

Los mejores alojamientos

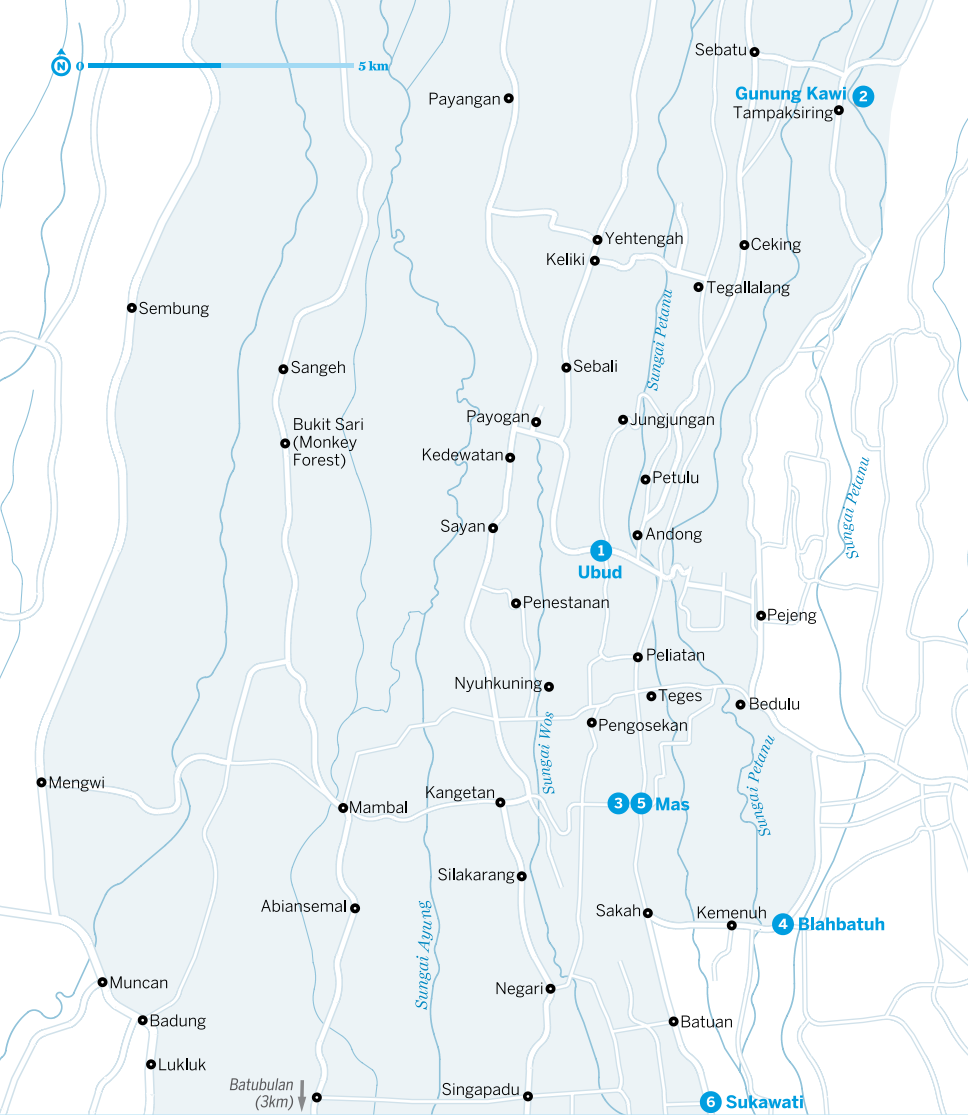
- ➔ Mandapa (p. 174)
- ➔ Swasti Eco Cottages (p. 173)
- ➔ Bambu Indah (p. 174)
- ➔ Como Uma Ubud (p. 175)
- ➔ Komaneka at Monkey Forest (p. 172)
- ➔ Three Win Homestay (p. 170)

Por qué ir

En esta región, Ubud es el protagonista indiscutido, pero existen otros lugares que también merecen la atención. Por ejemplo, se puede dedicar un día a visitar los templos de Tampaksiring, parando por el camino para maravillarse con los famosos bancales de arroz de Ceking. O dirigirse a las aldeas de artesanos del sur de Ubud, famosas por la calidad de sus artículos. Quedarse en Ubud, repleto de tentadoras opciones para dormir y comer, es la opción más obvia, pero también lo es alquilar una motocicleta o contratar un coche con conductor para recorrer esta parte de Bali. Puede que tenga pocos grandes puntos de interés, pero posee muchas carreteras panorámicas que recompensan con creces la exploración.

Cuándo ir

- ➔ De octubre a abril el tiempo es un poco más fresco, pero mucho más húmedo que en el sur; puede llover en cualquier momento. De noche, la brisa de la montaña hace innecesario el aire acondicionado.
- ➔ Durante el día la temperatura media es de 30°C; de noche, de 20°C, aunque a veces las temperaturas son más extremas. No hay variación estacional.
- ➔ En temporada alta (julio, agosto y Navidad) los alojamientos y restaurantes se llenan.
- ➔ En octubre es muy popular el Ubud Writers & Readers Festival.



Imprescindible

- 1 **Ubud** (p. 157) Admirar los templos, museos, cafés y la oferta de bienestar de la capital cultural de Bali.
- 2 **Gunung Kawi** (p. 191) Sentirse como Indiana Jones en estos antiguos *candi* (santuarios) tallados en la roca.
- 3 **Aldeas tradicionales** (p. 194) Explorar aldeas de

artesanos, como Mas, en busca de artesanía, objetos ceremoniales y otros tesoros.

- 4 **Pertenunan Putri Ayu** (p. 194) Escuchar el trajín de los telares en este taller textil tradicional de Blahbatuh.
- 5 **Setia Darma House of Mask and Puppets** (p. 192) Maravillarse ante miles de

máscaras y marionetas en este museo de Mas.

- 6 **Mercado de Sukawati** (p. 195) Ver cómo los lugareños regatean comprando flores, cestas, frutas, cachivaches y otros objetos.

UBUD

📍0361 / 10 870 HAB.

Ubud es uno de esos destinos donde unas vacaciones de unos cuantos días pueden convertirse en una estancia de semanas, meses o incluso años. Así lo prueba la nutrida comunidad de expatriados, y las muchas novelas y películas que se han ambientado en la zona, respuestas creativas al carácter seductor de la ciudad más sofisticada de Bali. Este es un lugar donde la cultura tradicional balinesa lo tiñe todo, donde las ofrendas florales adornan las calles y donde los compases hipnóticos del *gamelan* conforman la banda sonora de la vida cotidiana. También es un lugar de moda: un escaparate de diseño sostenible, *mindfulness* e inventiva culinaria, uno de esos lugares que el turismo global está haciendo aparecer, cual clones, por todas partes.

Historia

A finales del s. XIX, Cokorda Gede Agung Sukawati estableció a una rama de la familia real Sukawati en Ubud, lo que inició una serie de alianzas y enfrentamientos con los reinos vecinos. En 1900, Ubud se convirtió, junto con el reino de Gianyar y a petición propia, en protectorado holandés y se concentró en la vida religiosa y cultural.

Los descendientes de Cokorda animaron a artistas e intelectuales occidentales a visitar la zona en los años treinta, entre ellos Walter Spies, Colin McPhee y Rudolf Bonnet. Infundieron un estímulo enorme al arte local, introdujeron nuevas ideas y técnicas e iniciaron el proceso de promoción de la cultura balinesa por todo el mundo. Con la llegada del turismo de masas a Bali, Ubud se convirtió en una atracción, pero no por sus playas y sus bares, sino por su cultura.

La familia real sigue formando parte de la vida de Ubud, y ayuda a financiar grandes expresiones culturales y religiosas, como las memorables ceremonias de cremación.

👁️ Puntos de interés

👁️ Centro de Ubud

Templos, galerías de arte, museos y mercados llenan el centro de Ubud. Algunos de los más importantes se hallan cerca del cruce principal de Jl Raya Ubud y la carretera que va al Ubud Monkey Forest (Jl Wanara Wana).

Pura Taman Saraswati TEMPLO HINDUISTA
(plano p. 160; Jl Raya Ubud) **GRATIS** Las aguas del templo de la parte trasera nutren el estanque

de la parte delantera, repleto de bellas flores de loto. Hay grabados en honor de Dewi Saraswati, la diosa de la sabiduría y las artes, que parece haber bendecido a la ciudad. Por las noches suele haber espectáculos de danza. Solo los devotos pueden entrar dentro del templo.

Palacio de Ubud

PALACIO
(plano p. 160; Jl Raya Ubud esq. Jl Suweta; ☎9.00-19.00) **GRATIS** Este palacio y su templo, el Puri Saren Agung, conforman el corazón de Ubud. La mayoría de sus estructuras se construyeron tras el terremoto de 1917. Es posible pasear por casi todo el recinto y explorar los edificios tradicionales, no excesivamente ornamentados. Aunque estaba cerrado por reformas cuando se redactaba esta guía, el pabellón principal a menudo alberga espectáculos de danza.

Hay que dedicar tiempo a apreciar los grabados de piedra, muchos de los cuales son obra de artistas locales como I Gusti Nyoman Lempad.

Pura Marajan Agung, al norte del complejo, es el templo privado de la familia real, que aún reside en el palacio. En frente de este hay un recinto con un magnífico baniano.

Museo Puri Lukisan

MUSEO
(Museo de Bellas Artes; plano p. 160; 📍0361-975136; www.museumpurilukisan.com; cerca de Jl Raya Ubud; adultos/menores de 11 años 85 000 IDR/gratis; ☎9.00-17.00) El arte moderno balinés nació en Ubud, cuando los creadores empezaron a abandonar la temática puramente religiosa y los retratos de la corte por escenas de la vida cotidiana. Este museo, en un bonito jardín, cuenta con cuatro edificios que exponen obras de todas las escuelas y períodos del arte

UBUD PARA NIÑOS

Ubud es un excelente destino para niños. En las casas particulares que ofrecen alojamiento suele haber otros pequeños, que se convierten en compañeros de juegos, y muchos de los resorts cuentan con clubes infantiles o programas de actividades.

Si hay que sobornarles para que se porten bien, el sinfín de locales de Gelato Secrets y Gaya Gelato serán útiles, así como los muchos restaurantes que sirven pizzas. Los domingos, Uma Cucina (p. 181) ofrece un popular *brunch* familiar con actividades de ocio.

LAS GARZAS DE PETALU

Cada tarde después de las 17.00 unas 20 000 garzas llegan volando a Petulu, un pueblo 2.5 km al norte de Jl Raya Ubud, peleando por conseguir los mejores sitios donde posarse en los árboles junto a la carretera; toda una atracción turística.

Las garzas, sobre todo las especies de garcilla indonesia, empezaron a visitar Petuli en 1965 sin razón aparente. Los aldeanos creen que traen buena suerte (como los turistas), a pesar del mal olor y de la suciedad. En los arrozales se han instalado algunos *warungs* donde tomar algo mientras se disfruta del espectáculo; la entrada al pueblo cuesta 20 000 IDR. Conviene andar rápido bajo los árboles si las garzas ya se han instalado. La temporada de anidación y cría empieza en noviembre, y los polluelos echan a volar en marzo.

Petulu está a un agradable paseo a pie o en bici por varias rutas al norte de Ubud, pero si uno se queda a ver a las aves, se le hará de noche antes de regresar.

balinés, con especial atención a maestros modernos como I Gusti Nyoman Lempad (1862-1978), Ida Bagus Made (1915-1999) e I Gusti Made Kwandji (1936-2013). Todas las obras están rotuladas en inglés.

El **edificio este**, según se entra a mano derecha, alberga una colección de obras antiguas de Ubud y sus alrededores. Incluye pintura clásica de estilo *wayang*, influenciado por las marionetas de sombras, de los ss. x-xv, e impresionantes obras del s. xx como *La muerte de Karna* (1935), de I Wayan Tutur.

En el **edificio norte** se muestran cinco refinados dibujos a tinta de I Gusti Nyoman Lempad y pinturas de artistas de la escuela Pita Maha. Destaca el *Festival del templo* (1938), de I Gusti Ketut Kobot (1917-1999).

El **edificio oeste** alberga obras de arte de pintores balineses del s. xx. Destaca entre ellas *Danza Barong* (1970), de I Gusti Made Kwandji (1936-2013). El **edificio sur** se dedica a exposiciones temporales y tiene una muestra que narra la historia del museo. La entrada incluye una bebida en el café del jardín.

Pura Desa Ubud

TEMPLO HINDUISTA

(plano p.160; Jl Raya Ubud) **GRATIS** El templo principal de Ubud suele estar cerrado, pero cobra vida durante las ceremonias.

Galería Neka

GALERÍA

(plano p.160; ☎0361-975034; Jl Raya Ubud; ☎8.00-17.00) **GRATIS** Dirigida por Suteja Neka desde 1966, esta sencilla galería es una entidad autónoma dentro del Museo de Arte Neka. Cuenta con una selección algo diversa de obras de todas las escuelas de arte balinesas, además de piezas de residentes europeos, incluido Arie Smit.

Galería Komaneka

GALERÍA

(plano p. 160; ☎0361-401 2217; www.gallery.komaneka.com; carretera al Ubud Monkey Forest; ☎8.00-20.00) **GRATIS** Organiza exposiciones de artistas balineses consolidados.

Sur de Ubud

A algunos de los mejores puntos de interés de Ubud se puede llegar dando un paseo por Jl Hanoman y la carretera al Ubud Monkey Forest, ambas con cafés y tiendas interesantes. Los senderos secundarios llevan a arrozales escondidos.

★ Museo de Arte Agung Rai

GALERÍA

(ARMA; plano p.164; ☎0361-976659; www.armabali.com/museum; Jl Raya Pengosekan; adultos/menores de 10 años 100 000 IDR/gratis; ☎9.00-18.00) Si solo se va a visitar un museo en Ubud, que sea este. Su fundador, Agung Rai, amasó una fortuna vendiendo arte balinés a extranjeros en los años setenta, y durante su época como marchante también adquirió algunas de las colecciones de arte privadas más impresionantes de Indonesia. Este recinto se inauguró en 1996 y muestra su colección en dos edificios especialmente construidos para ello. Entre las obras más destacadas figura el maravilloso *Retrato de un noble javanés y su esposa*, del s. xix, obra del javanés Raden Saleh (1807-1880).

Las exposiciones incluyen pinturas clásicas de los estilos *kamasan* y *batuan* de los años treinta y cuarenta; entre cuyos artistas se incluyen I Gusti Nyoman Lempad, Ida Bagus Made, Anak Agung Gede Sobrat (1912-1992) e I Gusti Made Deblog (1906-1986). Las obras más destacadas de la galería de arte moderno son *Arrozales verdes* (1987), de Nasjah Djamin (1924-1999), y *Orquídeas salvajes* (1988), de Widaya (1923-2002). En la galería de arte tradicional destacan *The Dance Drama Arja* (1945), de I Ketut Kasta (n. en 1945), *Ceremonia de cremación* (1994), de I Ketut Sepi (n. en 1941) y la extraordinariamente detallada *Wali 'Ekadesa Rudra'* (2015), de I Wayan Mardiana (n. en 1970). La galería

de arte tradicional también alberga una colección de obras de un artista expatriado, Walter Spies (1895-1942), quien desempeñó un significativo papel en el desarrollo de la escuela de pintura de Ubud.

Es divertido visitar el ARMA cuando los niños del lugar practican danza balinesa y durante los ensayos de *gamelan*. El centro suele albergar espectáculos de danza y ofrece un sinnúmero de cursos culturales.

Al museo se accede por el Kafe Arma, en Jl Raya Pengosekan, o doblando la esquina, por el ARMA Resort. La entrada incluye una bebida en el café.

Ubud Monkey Forest

PARQUE

(plano p. 160; ☎0361-971304; www.monkeyforestubud.com; carretera al Ubud Monkey Forest; adultos/niños 3-12 años 50 000/40 000 IDR; ☀8.30-17.30) Este tramo de jungla, fresco y espeso, oficialmente llamado Mandala Wisata Wanara Wana, alberga tres templos sagrados. El santuario está habitado por una manada de más de 600 macacos grises de cola larga muy glotonos, que nada tienen que ver con los monos de mirada inocente de los folletos. Cuidado con ellos: muerden. Los templos solo están abiertos a los devotos.

El bosque tiene tres puertas de acceso: la principal está en el extremo sur de la carretera que lleva hasta él. En la taquilla hay folletos prácticos sobre el hábitat, los macacos y los templos. Las lanzaderas gratis, de ida y vuelta, cubren una ruta circular por el centro de Ubud cada 15 min, con paradas en Jl Raya Ubud, Jl Hanoman y la carretera al bosque; son autobuses de color verde lima.

Los monos acechan a los turistas a la espera de comida (o para arrebatarla). Una serie de advertencias grabadas y carteles advierten de los problemas que causan los monos: evítense todo contacto visual y sonreír, ya que mostrar los dientes se considera un gesto agresivo. Tampoco hay que intentar quitarles los plátanos ni darles de comer.

Pura Dalem Agung

TEMPLO HINDUISTA

(plano p. 160; Ubud Monkey Forest) En el Ubud Monkey Forest, este templo tiene un aspecto a lo *Indiana Jones*. En la entrada al interior hay estatuas de Rangda, la devoradora de niños. Más allá solo pueden pasar los devotos.

☉ Oeste de Ubud

Paseando por Jl Raya Campuan en dirección al puente (hay otro puente, de madera, más antiguo, al sur) que cruza el Sungai Wos (río

Wos) y subiendo después por la concurrida e interesante Jl Raya Sanggingan se alcanzan varios puntos de interés. Tras subir los empinados escalones a Penestanan se puede pasear entre pequeñas pensiones y arrozales.

★ Museo de Arte Neka

GALERÍA

(plano p. 164; ☎0361-975074; www.museumneka.com; Jl Raya Sanggingan; adultos/menores de 12 años 75 000 IDR/gratis; ☀9.00-17.00) Excelente introducción al arte balinés, este impresionante museo reparte su magnífica colección por una serie de pabellones y salas. Destaca la **zona de pintura balinesa**, con varias salas, dedicado al estilo *wayang* (“marioneta”) y a los estilos de Ubud y Batuan, de influencia europea, introducidos en los años veinte y treinta. También destacan el **pabellón Lempad**, con obras del maestro I Gusti Nyoman Lempad, y el **anexo Oriente-Occidente**, con impresionantes obras de Affandi (1907-1990) y Widayat (1919-2002). El museo es obra de Suteja Neka, coleccionista privado y marchante de arte balinés. La colección es enorme. Además de obras de artistas balineses e indonesios, abundan las telas de extranjeros afincados en la isla, como Arie Smit, Johan Rudolf Bonnet, Theo Meier, Louise Garrett Koke, Donald Friend y Tay Moh-Leong. También hay una tienda (p. 188) con artesanía local de calidad.

Pura Gunung Lebah

TEMPLO HINDUISTA

(plano p. 164; cerca de Jl Raya Campuan) Este antiguo templo, encima de un saliente sobre el punto donde convergen dos afluentes del Sungai Cerik (*campuan* significa “dos ríos”), se ha beneficiado de una reciente reforma. El entorno es mágico; no hay más que escuchar la fuerza del agua mientras se admira el impresionante *meru* (santuario) y su sinnúmero de elaborados grabados.



Actividades

El yoga y la meditación son muy populares, como las sesiones de *spa*. Los paseos por los arrozales también son populares, y pueden hacerse sin guías. También es posible montar en bicicleta, pero, dado el tráfico, no es muy gratificante.

Masajes y ‘spas’

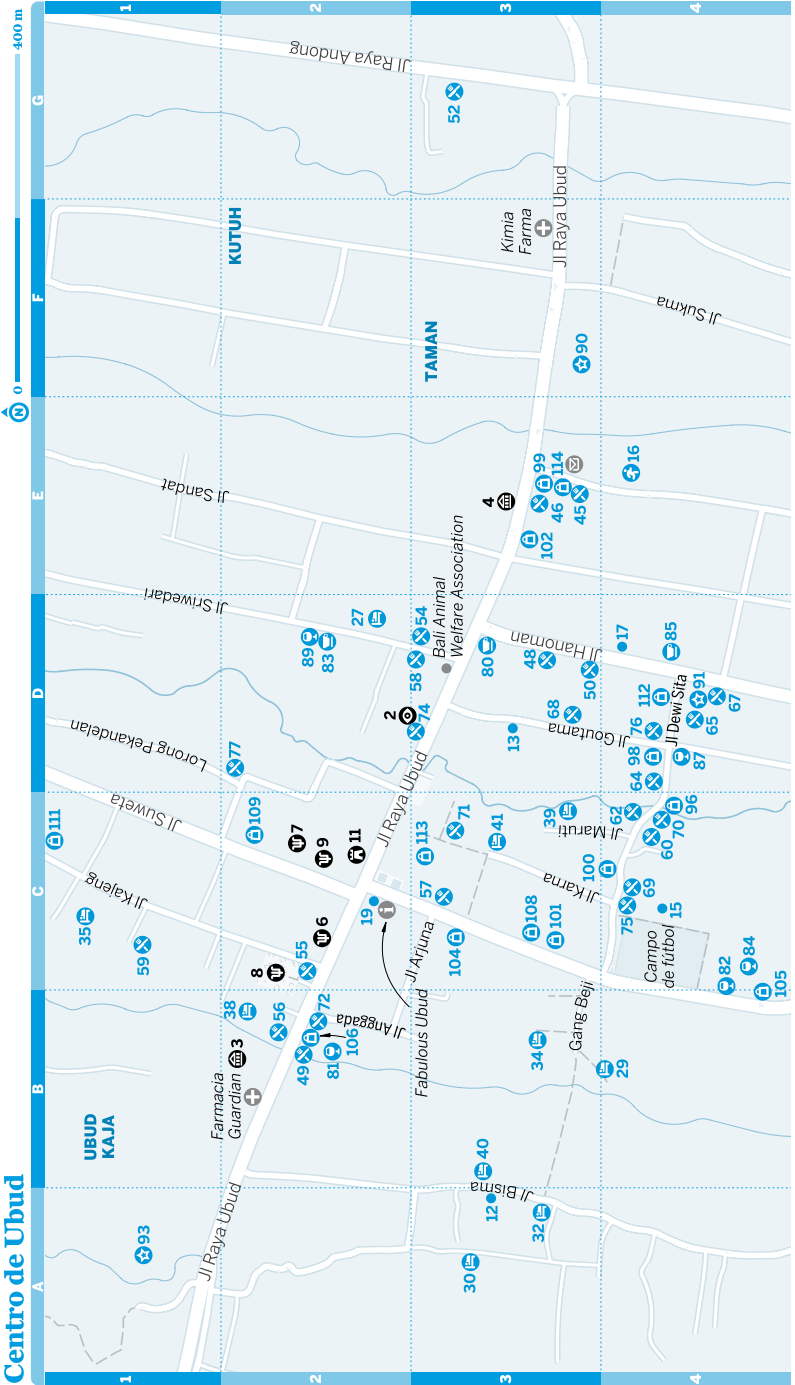
★ Taksu Spa

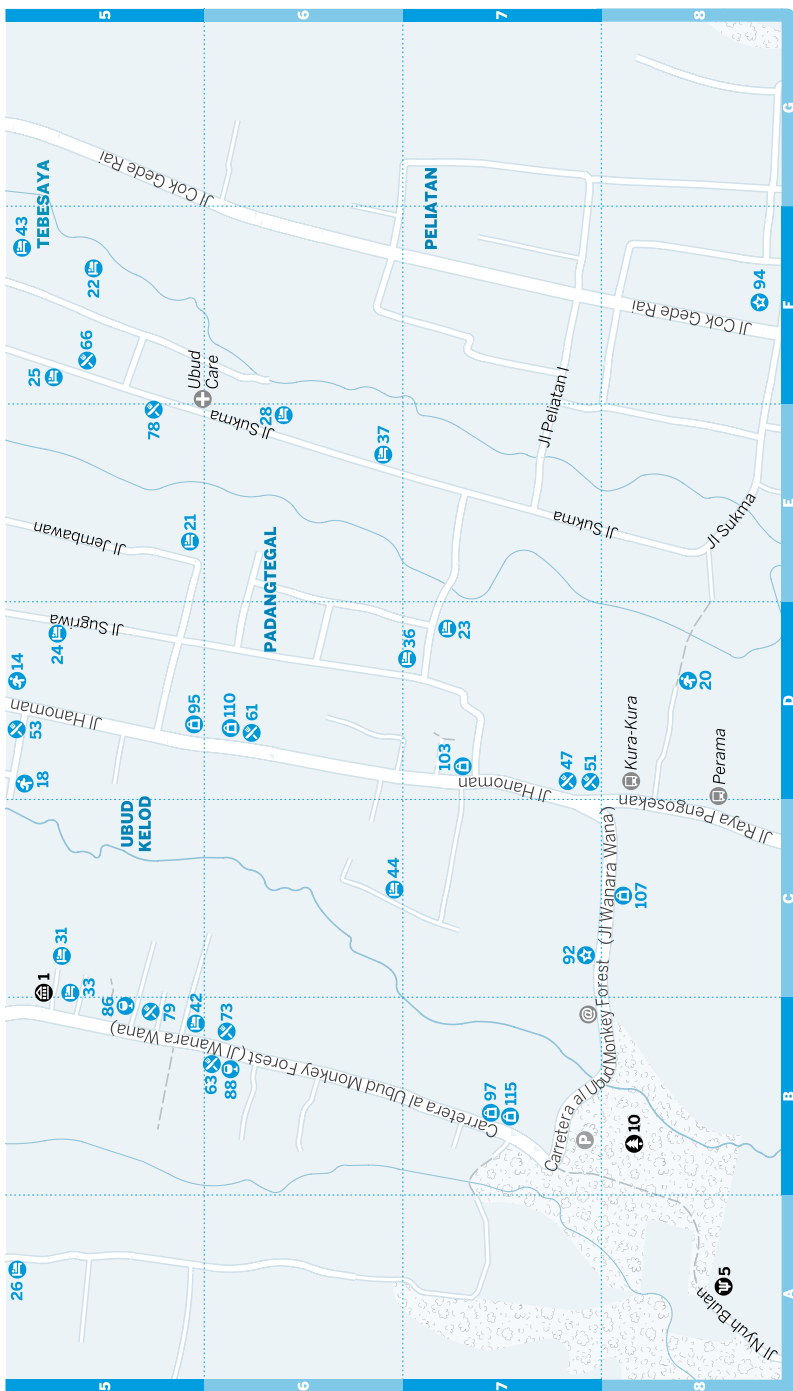
SPA

(plano p. 160; ☎0361-479 2525; www.taksuspa.com; Jl Goutama; masaje desde 450 000 IDR; ☀9.00-22.00) Uno de los *spas* más populares de Ubud, con una extensa y sugerente oferta de masajes y tratamientos de belleza, así como

REGIÓN DE UBUD

Centro de Ubud





Centro de Ubud

📍 Puntos de interés

- 1 Galería Komaneke..... C5
- 2 Casa de Lempad..... D2
- 3 Museo Puri Lukisan..... B2
- 4 Galería Neka..... E3
- 5 Pura Dalem Agung..... A8
- 6 Pura Desa Ubud..... C2
- 7 Pura Mrajan Agung..... C2
- 8 Pura Taman Saraswati..... C2
- 9 Puri Saren Agung..... C2
- 10 Ubud Monkey Forest..... B8
- 11 Palacio de Ubud..... C2

📍 Actividades, cursos y circuitos

- 12 Casa Luna Cooking School..... A3
- 13 Nirvana Batik Course..... D3
- 14 Nur Salon..... D5
- 15 Pondok Pekak Library & Learning Centre..... C4
- 16 Radiantly Alive..... E4
- 17 Studio Perak..... D4
- 18 Taksu Spa..... D5
Threads of Life Indonesian
Textile Arts Center..... (véase 111)
- 19 Fabulous Ubud..... C2
Wayan Pasek Sucipta..... (véase 27)
- 20 Yoga Barn..... D8

📍 Dónde dormir

- 21 Adipana Bungalow..... E5
Adiwana Jembawan..... (véase 16)
- 22 Aji Lodge..... F5
- 23 Artotel Haniman Ubud..... D7
- 24 Batik Sekar Bali Guest House..... D5
- 25 Biangs..... F5
- 26 Bisma Eight..... A5

- 27 Eka's Homestay..... D2
- 28 Family Guest House..... E6
- 29 Griya Jungutan..... B4
- 30 Ina Inn..... A3
- 31 Komaneke at Monkey Forest..... C5
- 32 Ladera Villa Ubud..... A3
- 33 Lumbung Sari..... C5
- 34 Oka Wati Hotel..... B3
- 35 Padma Ubud Retreat..... C1
- 36 Pande House..... D7
- 37 Puri Asri 2..... E6
- 38 Puri Saraswati Bungalows..... B2
- 39 Raka House..... C3
- 40 Sama's Cottages..... B3
- 41 Sania's House..... C3
- 42 Sri Bungalows..... B5
- 43 Suastika Lodge..... F5
- 44 Three Win Homestay..... C6

📍 Dónde comer

- 45 Bali Buda..... E3
- 46 Bali Buda Shop..... E3
- 47 Bebek Bengil..... D7
- 48 Black Beach..... D3
- 49 Casa Luna..... B2
- 50 Clear..... D3
- 51 Supermercado Coco..... D7
- 52 Supermercado Delta Dewata..... G3
- 53 Earth Cafe & Market..... D5
- 54 Fair Warung Balé..... D3
Full Circle..... (véase 23)
- 55 Gaya Gelato..... C2
- 56 Gelato Secrets..... B2
- 57 Gelato Secrets..... C3
Herb Library..... (véase 16)
- 58 Hujon Locale..... D3

yoga. Hay habitaciones privadas para masajes en pareja y un café al aire libre.

Mandapa Spa

SPA

(☎0361-4792777; www.ritzcarlton.com/en/hotels/in-donesia/mandapa/spa; Mandapa Resort, Kedewatan; masajes 1 600 000-2 100 000 IDR, faciales 1 700 000-2 500 000 IDR; ☀9.00-21.00) Ribereño y sibarita, el centro de bienestar del resort Mandapa ofrece masajes y tratamientos de belleza, un pabellón de yoga, un templo de meditación, piscina, un centro *fitness* 24 h y sauna.

Made Surya

SALUD Y FITNESS

(www.balihealers.com; 35/200 US\$ h/día) Es uno de los mejores *balian* (sanadores) de Bali. Un excelente recurso para probar terapias balinesas.

Ubud Wellness Spa

SPA

(plano p. 164; ☎0361-970493; www.ubudwellnessbalispa.com; cerca de Jl Pengosekan; tratamientos

desde 95 000 IDR; ☀9.00-22.00) Sin florituras, es uno de los favoritos de la comunidad de artistas de Ubud. Destaca el paquete Royal Kumkuman Body Wellness (500 000 IDR, 3½ h).

Bali Botanica Day Spa

SPA

(plano p. 164; ☎0361-976739; www.balibotanica.com; Jl Raya Sanggingan; masaje desde 190 000 IDR; ☀9.00-21.00) Pequeño, sus tratamientos incluyen una opción ayurveda. El masaje herbal es muy popular. Ofrece transporte (a partir de dos tratamientos).

Ubud Sari Health Resort

SPA

(plano p. 164; ☎0361-974393; www.ubudsari.com; Jl Kajeng 35; masaje 1 h desde 240 000 IDR; ☀9.00-20.00) En el hotel del mismo nombre, es un sitio serio con una amplia oferta de tratamientos, incluidos masajes, reflexología y tratamientos de belleza.

59	Il Giardino	C1
60	Juice Ja Café.....	C4
61	Kafe	D6
62	Kafe Batan Waru	C4
	Kebun..... (véase 110)	
63	Liap Liap	B6
64	Locavore.....	D4
65	Locavore to Go	D4
66	Mama's Warung	F5
67	Mamma Mia	D4
68	Melting Wok	D3
69	Nusantara	C4
70	Pica.....	C4
71	Mercado de Ubud.....	C3
72	Spice	B2
73	Three Monkeys.....	B6
74	Tukies Coconut Shop	D3
75	Tutmak Cafe	C4
76	Waroeng Bernadette at Toko Madu	D4
77	Warung Babi Guling	D2
78	Warung Little India.....	E5
79	Watercress.....	B5

☑ Dónde beber y vida nocturna

80	Anomali Coffee.....	D3
81	Bar Luna	B2
82	Chill Out	C4
83	Coffee Studio Seniman	D2
84	CP Lounge.....	C4
85	F.R.E.A.K. Coffee.....	D4
86	Laughing Buddha	B5
87	Night Rooster.....	D4
88	No Más.....	B6
89	Seniman Spirits	D2

★ Ocio

90	Oka Kartini.....	F3
91	Padang Tegal Kaja.....	D4
	Paradiso	(véase 53)
92	Pondok Bamboo Music Shop.....	C7
93	Pura Dalem Ubud.....	A1
	Pura Taman Saraswati.....	(véase 8)
94	Puri Agung Peliatan.....	F8
	Palacio de Ubud	(véase 11)

🛒 De compras

95	Bali Yoga Shop	D5
96	Balitaza	C4
97	BaliZen	B7
	Casa Luna Emporium.....	(véase 49)
98	Confiture de Bali.....	D4
99	Ganesha Bookshop	E3
100	Kou.....	C4
101	Kou Cuisine.....	C3
102	Moari.....	E3
103	Namaste.....	D7
104	Nava.....	C3
105	OH.....	B4
106	Periplus	B2
	Pondok Bamboo Music Shop..	(véase 92)
107	Portobello	C8
108	Pusaka	C3
109	Rio Helmi's Photo Gallery & Cafe	C2
110	Tegun Galeri	D6
111	Threads of Life Indonesian Textile Arts Center	C1
112	Tn Parrot.....	D4
113	Mercado de Ubud	C3
114	Ubud Tea Room	E3
115	Utama Spice	B7

Nur Salon

SPA
(plano p. 160; ☎0361-975352; www.nursalonubud.com; Jl Hanoman 28; masaje 1h 175 000 IDR; ☀12.00-20.00 ago-oct, 9.00-21.00 nov-jul) En un recinto balinés tradicional, está repleto de plantas medicinales y ofrece una larga carta de servicios.

Yoga

★ Yoga Barn

YOGA
(plano p. 160; ☎0361-971236; www.theyogabarn.com; cerca de Jl Raya Pengosekan; clases desde 130 000 IDR; ☀6.00-21.00) La revolución yogui de Ubud, toda una fuerza vital entre árboles y junto a un valle fluvial, un espacio amplio con una oferta igual de amplia de clases de varios tipos. También tiene una *spa* ayurvédico y un café al aire libre.

Radiantly Alive

YOGA
(plano p. 160; ☎0361-978055; www.radiantlyalive.com; Jl Jembawan 3; 130 000/330 000/800 000 IDR por clase/3 clases/1 semana; ☀7.30-

18.00) Espacio íntimo, con clases esporádicas y cursos en varias disciplinas.

Intuitive Flow

YOGA
(plano p. 164; ☎0361-977824; www.intuitiveflow.com; Penestanan; yoga desde 120 000 IDR; ☀clases diarias) Encantador estudio entre arrozales al que se llega por una escalera de hormigón desde Campuan. Amplia oferta de talleres de artes sanadoras. Pago solo en efectivo.

Ciclismo

Muchas tiendas y hoteles del centro alquilan bicicletas de montaña. El precio suele ser 35 000 IDR/día, negociables. En caso de duda, conviene preguntar en el hotel: es probable que aparezca alguien con una bicicleta.

En general, el terreno queda cortado por ríos que van al sur, por lo que cualquier ruta este-oeste incluirá muchas subidas y bajadas al tener que cruzar los valles fluviales. Las rutas norte-sur entre ríos son mucho más