

Surya Lanka - 825 Tage

Ayurveda - Vorteilspaket

Komfort: ***

tägliche Anreise

Fluganreise zubuchbar

Bestpreis-Garantie

Das 1995 eröffnete Surya Lanka Ayurveda Beach Resort ist berühmt für seine umfassende, klassische Reinigungskur, sowie für seine außergewöhnliche Gastfreundlichkeit. Wählen Sie aus 3 unterschiedlich intensiven Kurarten "Light" "Intensive" & "Heil".

Ayurveda

Die klassische Panchakarma-Kur kann die Ursache von Krankheiten lösen und die drei Bioenergien Vata, Pitta und Kapha wieder ins Gleichgewicht bringen. Hierzu wird die Kur in drei Stufen unterteilt:

1. Purvakarma (Vorbehandlung): Transportiert Gifte im Körper dorthin, von wo sie während des Reinigungsprozesses über die natürlichen Körperöffnungen nach außen befördert werden können. Diese Vorbehandlung beinhaltet Snehnam* (innere Ölung), die Massage mit speziellen Ölen sowie das Dampfbad.

2. Pradhanakarma (Hauptbehandlung): Eliminierung toxischer Substanzen mittels Basti (Vasti)*, Virechana*, Nasya* und (in speziellen Fällen) Vamana*. Einige dieser Behandlungen erfordern eine spezielle Diät, um wirksam sein zu können.

3. Pashtatakarma (Nachbehandlung): Ernährungsanpassung, regenerierende Maßnahmen sowie Medikation.

Lage

Fernab von den Zentren des Massentourismus liegt das Surya Lanka Ayurveda Beach Resort im Süden Sri Lankas direkt am Strand einer der schönsten Küsten Sri Lankas. Der tropische Palmengarten bietet ein passendes Ambiente zur gut organisierten Kur, die von einem professionellen Team durchgeführt wird.

Ausstattung

alle Zimmer mit Deckenventilator

kostenloses Wi-Fi

Süßwasserpool

Unterkunft

Das Resort verfügt über 5 Villen im Kolonialstil mit 35

geschmackvoll eingerichteten Zimmern, die über die ganze Anlage verteilt sind.

Standardzimmer mit Garten-/Meerblick

Die 35 Standardzimmer verfügen je über eine Terrasse (Erdgeschoss) oder einen Balkon (1. Stock), separates Bad/WC, einen Deckenventilator, kostenloses WIFI und bieten Garten- oder Meerblick.

Verpflegung

Von dem offenen Restaurant aus hat man einen fantastischen Blick auf den Strand und das Meer. Ayurveda-Gäste erhalten auf den Konstitutionstyp abgestimmte, vegetarische Menüs. Ansonsten südindische und internationale Spezialitäten. Freizeitangebot

Ausflüge

in die Umgebung wie z.B. eine Tour zum MulKirigala Rock Temple, zum Wewurukannala Temple oder zum Fort Galle können Sie direkt vom Resort aus unternehmen.

Aira Boutique Hoi An - Deluxe Balcony / Terrace

Deluxe Balcony / Terrace (30 qm)

- Balkon oder Terrasse
- Gartenblick
- 1 King-size-Bett oder 2 Einzelbetten
- Bad mit Dusche/Waschtisch/WC/Haartrockner
- Klimaanlage
- Deckenventilator
- Minibar (kostenpflichtig)
- Safe (kostenpflichtig)
- Kaffee-/Teezubereiter
- Telefon und Wecker
- LED Smart TV
- WiFi (kostenfrei)
- Safe
- Sitzecke und Schreibtisch

Inklusivleistungen:

Im Ayurveda-Paket enthalten:

- Ayurvedische Anwendungen (außer An- & Abreisetag)
 - Übernachtungen mit ayurvedischer Vollpension
 - Eingangs- und alle weiteren Arztkonsultationen
 - Konstitutions-Checkup (einschließlich Nadi/Pulsdiagnose)
 - Individuelle Bestimmung der Öle, Medikamente, Diät
 - Ernährungsplan (falls erforderlich)
 - Medikation gemäß Verordnung durch die Ärzte
 - Individueller Behandlungsplan
 - Wöchentliche ayurvedische Kochdemonstration
 - Sechs Yogastunden/Meditation pro Woche
 - 1 x alle 14 Tage "botanische Tour" durch SURYA LANKAs Garten, geführt von den Ayurveda-Ärzten
 - 1 x wöchentlich ½-Tages-Ausflug (immer nachmittags)
 - bibi tours Reiseführer "Sri Lanka"
- Im Ayurveda-Paket nicht enthalten:
- Transfers ab/bis Flughafen Colombo (optional buchbar)
 - Behandlung am An- & Abreisetag
 - Flüge

zubuchbare Optionen / Ermäßigungen:

Tageweise Verlängerung jeder gewünschten Dauer	0 €
Flugticket Frankfurt-Trivandrum-Frankfurt incl. Rail & Fly	3333 €

Termine & Preise:

28.03.2025 - 30.06.2027 - Aira Boutique Hoi An - Deluxe Balcony / Terrace

pro Person im Doppelzimmer | 1
Verlängerungsnacht mit Frühstück 100 €