



# *Ayurveda in Sri Lanka*

**Spezial Gruppenreise**

**Datum: 07. – 21. Juli 2019  
14 Tage**

**Preis ab € 2.143,00 pro Person im DZ**

*[www.ayurvedaforhealth.at](http://www.ayurvedaforhealth.at)*

# Willkommen in der Villa Lanka Pearl

Lassen Sie sich auf die tropische Insel Sri Lanka entführen und genießen Sie ein erholsame Panchakarma Kur in der kleinen und privatgeführten Villa Lanka Pearl unter österreichischer Leitung. Dieses Kleinod befindet sich nur 100m entfernt von einem Kokospalmen umsäumten Sandstrand an der Südwestküste Sri Lankas inmitten einer tropischen Bucht von Wellabada.

Bereits bei Ihrer Ankunft nach dem ca. 2 stündigen Transfer vom Flughafen werden Sie herzlichst vom Team des Ayurveda Resorts in Empfang genommen und haben den Abend Zeit die Villa zu erkunden bevor Sie Ihr erstes gemeinsames Abendessen einnehmen. Am nächste Morgen starten Sie mit einer klassischen Panchakarma Kur.

Der optimale Einstieg in die Welt des Ayurveda bietet eine gute Kombination von Entspannung, Reinigung und Erhaltung der Gesundheit. Nach einem ärztlichen Konsultationsgespräch werden zirka 40 Behandlungen für die folgenden 13 Tage individuell auf Sie abgestimmt. Ölmassagen, Naturmedizin und das ayurvedische Essen entgiften und reinigen in dieser Zeit Körper und Seele, während tägliche Yogaübungen und Meditation zusätzlich harmonisierend wirken.

Der Tag beginnt während Ihrer Panchakarma Kur mit Yoga zur geistigen Reinigung und Atemübungen. Selbstverständlich stehen Yoga-Matten vor Ort kostenfrei für Sie zur Verfügung. Anschließend genießen Sie ein leichtes Frühstück um als erste Mahlzeit des Tages Körper und Geist nähren. Je nach individuellem Behandlungsplan erhalten Sie Ihre Ayurveda Behandlungen am Vormittag und/oder Nachmittag.

Die Ruhepausen zwischen den Behandlungen können Sie im Garten, am Pool oder auf den eigenen Terrassen bzw. Balkonen oder natürlich in Ihrem Zimmer verbringen. In den Behandlungsfreien Zeiten lädt der nahegelegene Strand zum Spaziergehen oder Sie machen den einen oder anderen Ausflug.

Die von Juni bis September vorherrschenden Monsunzeit ermöglicht Ihnen Sri Lanka und Ayurveda zu einem unschlagbar günstigen Preis kennenzulernen. Diese Zeit gilt aus medizinischer Sicht als ideal, um eine reinigende Kur zu machen, im Juli und August sind vorwiegend kurze Regengüsse sowie ein unruhiges Meer zur erwarten.

**Pauschalpreis pro Person im DZ € 2.143,00**  
**Pauschalpreis pro Person im EZ € 2.293,00**  
Begrenzte Teilnehmerzahl zu diesem Spezial-Gruppen-Preis!

## Ihre Flugverbindung:

<b>Abflug:</b>	07. Juli 2019	Wien - Delhi	22:45 Uhr - 10:20 Uhr (+1)
	08. Juli 2019	Delhi - Colombo	12:30 Uhr - 16:05 Uhr

<b>Rückflug:</b>	21. Juli 2019	Colombo - Delhi	08:20 Uhr - 11:50 Uhr
	21. Juli 2019	Delhi - Wien	14:55 Uhr - 18:45 Uhr

## Inkludierte Leistungen bei Ihrer Sri Lanka Reise inkl. Ayurveda Kur:

- Flug Wien-Colombo-Wien mit der Air India
- Transfer vom/zum Flughafen
- 13 Übernachtungen in der Villa Lanka Pearl
- Ayurvedische Vollpension, unbegrenzt Trinkwasser, Tee und Kräutertee
- Ayurvedisch-ärztliche Betreuung, ausführliche Eingangsuntersuchung
- Massagen und Behandlungen, ayurvedische Medizin und Öle usw.
- täglich Yoga
- Bademantel, Haarföhn, ayurvedische Zahnpaste, Shampoo, Seife usw.
- Handtücher, Liegetücher
- Liegen am Strand und Pool
- Gelegentlich Abendveranstaltungen

## Zusätzliche Highlights exklusiv für diese Spezial Gruppenreise:

- private Zeremonie und energetische Reinigung durch Räucherung ausgeführt von einem buddhistischen Mönch in Ihrem Zimmer
- Informationsabend: die Ayurvedaärztin führt Sie in die Welt des Ayurvedas ein und beantwortet Ihre Fragen
- Kochvorführung: Damith, der Koch, zeigt Ihnen, wie man verschiedene ayurvedische Speisen zubereitet
- Besuch eines nahegelegenen Tempels: Meditation mit einem deutschsprachigen Mönch
- Bootsfahrt mit Picknick in die nahegelegene Lagune
- Zaubervorführung mit Magic Kumara am Abend
- Folklore Show
- Abschiedsdinner in unserer Strandhütte

## **Buchungsanfragen an [office@ayurvedaforhealth.at](mailto:office@ayurvedaforhealth.at)!**

*Es gelten die AGB des Fachverbandes für Reisebüros.*

*Das Angebot ist auf Anfrage und vorbehaltlich Verfügbarkeit gültig.*

*Mindestteilnehmerzahl 10 Personen. Anmeldeschluss ist der 26.04.2019.*