

Surya Lanka Ayurveda Beach Resort

• Ayurveda in Sri Lanka

Landschaftliche Traumlage, freundliche und fürsorgliche Menschen: hier sind Sie bestens aufgehoben, um Ihre Kurbehandlung in ruhiger und friedvoller Atmosphäre zu verbringen.

Das 1995 eröffnete Surya Lanka Ayurveda Beach Resort ist berühmt für seine umfassende, klassische Reinigungskur, sowie für seine außergewöhnliche Gastfreundlichkeit.

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 Snehanam* (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.

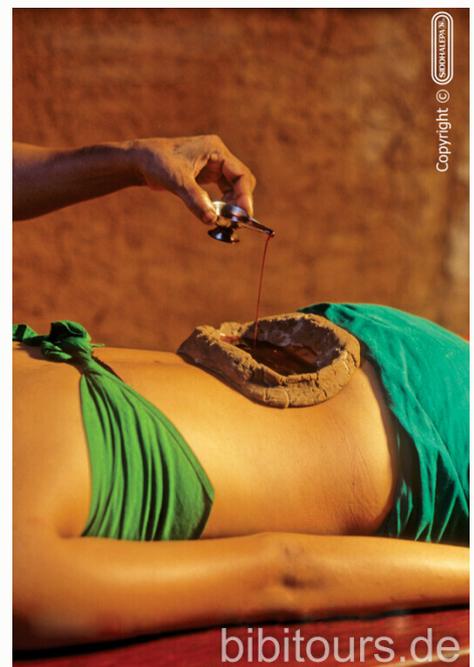
Freizeitangebot

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

Leistungen:

Im Reisepreis enthalten

- Transfers ab/bis Flughafen Colombo
- 14 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"



Jetzt individuelle Rundreisen und Erlebnisreisen vergleichen und direkt beim Veranstalter buchen.

Tripwunder ist der direkte Draht zu spezialisierten Reiseveranstaltern für Rundreisen, Aktivreisen und Erlebnisreisen. Finden Sie jetzt Ihren perfekten Urlaub, ganz ohne Umwege. Profitieren Sie von der riesigen Auswahl an Reiseangeboten, die dank Direktvermarktung ganz ohne Vermittlerprovisionen und Gebühren günstig kalkuliert werden können. First-class Service aus allererster Hand, von Reiseenthusiasten, die Ihnen mit Know-How und wertvollen Tipps zur Seite stehen. Alle Reisen ansehen unter: www.tripwunder.de