



ASIEN: INDIEN

VINYASA DETOX YOGA RETREAT KOMBINIERT MIT AUTHENTISCHER AYURVEDAKUR - URLAUB IN GOA

- > Eine Ayurvedakur im Devaaya unterstützt Regeneration, Reinigung, Vorbeugung, Verjüngung, bringt strahlendes Aussehen und macht Sie gegenüber Alltagsstress resistenter.

Die authentische Panchakarma - Ayurvedakur dient zur Regeneration von Körper, Geist und Seele und zum Wiederherstellen des inneren Gleichgewichts. Die Detox Yoga Einheiten unterstützen diesen Prozess auf perfekte Weise. Die kostbare Ruhe, die exotische Natur und die kompetente Betreuung des Devaaya Ayurveda Centre machen Ihren Aufenthalt zu einem besonderen Erlebnis. Devaaya ist Sanskrit und bedeutet "göttliche Heilung", und wer hier schon gewohnt hat, findet den Namen passend...



REISEDETAILS

1. - 13. Reisetag: Zum Inhalt

Detox - Yoga

Die täglichen Yoga- und Meditationseinheiten unterstützen den Entgiftungsprozess des Körpers und haben eine regenerierende Wirkung. Unterrichtet wird Yin Yoga & regenerierendes Yoga

Programminhalt

- ärztliches Diagnosegespräch
- Gespräche mit dem Arzt zur Überprüfung des Kurerfolges
- täglich zwei Behandlungsblöcke entsprechend Therapieplan
- Kräutermedikation je nach Bedarf
- täglich Yoga und Meditation
- ayurvedische Vollverpflegung und Getränke

Ein Tag sieht in etwa so aus:

- Vor dem Frühstück: Detox Yoga und Pranayama
- Frühstück im Flussrestaurant
- Vormittag: Therapien im Ayurvedacenter
- Mittagessen im Poolrestaurant
- Nachmittag Therapien im Ayurvedacenter
- Nachmittag Tee im Poolrestaurant
- Danach: Yoga und Meditation
- Abendessen

Dazwischen bleibt Zeit für Relaxen, Lesen, Spazierengehen

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
14.11.2015	27.11.2015	X	1.495 €

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

LEISTUNGEN

- > Inkludierte Leistungen:
- > - 13 Nächte Devaaya Ayurveda Resort
- > - vegetarische ayurvedische Vollverpflegung
- > - authentische Ayurvedakur
- > - Sammeltransfer ab/bis Flughafen Goa
- > - Programm "Vinyasa Detox Yoga Flow Retreat"
- > - Travel Purse bei Buchung bis 2 Monate vor Programmbeginn

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > Nicht im Preis enthalten: Flug * Visum * Reiseversicherung

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 6

Maximalanzahl von Personen: 16

ATMOSFAIR

nachdenken • klimabewusst reisen

atmosfair



NEUE ENERGIE FÜR NEPAL: Helfen Sie das Klima zu schützen! Beim Hin- und Rückflug für eine Person nach Indien entstehen klimarelevante Emissionen in Höhe von **3340 kg**. Durch einen freiwilligen Beitrag von **76 €** unterstützen Sie unser engagiertes Klimaschutzprojekt **NEUE ENERGIE FÜR NEPAL** und tragen so zur Entlastung unseres Klimas aktiv bei.

ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- > Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 10%
- > Fälligkeit der Restzahlung: 14 Tage vor Reisebeginn
- > Sofern bei der Reise eine Mindestteilnehmerzahl ausgeschrieben ist, ist bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl ein Rücktritt vom Reisevertrag seitens des Veranstalters bis spätestens 30 vor Reisebeginn möglich.
- > Bei Flugdestinationen wird entsprechend bei Buchung informiert, ob der Flug bereits gebucht werden kann oder nicht.

WEITERE INFOS

Programmhinweise

- > Mit einer klassischen Panchakarma Kur und aufeinander aufbauenden medizinischen Anwendungen finden Sie inmitten dieser ursprünglichen Natur zurück zu innerer Ruhe und Entspannung. Vor Ort werden Sie von einem kompetenten Team aus erfahrenen Ayurvedaärzten und Therapeuten aus Indien Ihren persönlichen Bedürfnissen entsprechen fachkundig behandelt und achtsam betreut.
- > Die ayurvedischen Anwendungen, Panchakarma und ein Ernährungsplan werden von erfahrenen Ayurvedaärzten, nach einem gründlichen persönlichen Eingang-Diagnosegespräch, für Sie festgelegt. Sie beinhalten klassische Anwendungen wie Abhyanga, Svedan, Antar, Snehan, Virechan, Basti, Shirodhara, Pizhichil, Sarangdhara, Navrakizhi, Nasya uvm.

Alle Fragen zur Ausschreibung beantwortet Ihnen der jeweilige Veranstalter unter den oben aufgeführten Kontaktdaten, der für die Angaben und Informationen zur Reise verantwortlich ist.