

Yoga-Ayurveda-Retreat im Süden von Sri Lanka

25.01.20 – 08.02.20

13 Tage ab 1595,- € pro Person

! begrenzte Teilnehmerzahl: 9 Personen !



Das gemütliche Hotel im Stil einer alten Kolonial-Villa liegt mitten in einem üppigen, tropischen Garten. Acht liebevoll eingerichtete Zimmer bieten schlichten Komfort und haben alle ein eigenes, modernes Bad. Jedes Zimmer hat einen Balkon oder eine Terrasse mit direktem Meerblick. Du kannst zwischen zwei Zimmerkategorien wählen, welche du auf der Web Seite des Hotels einsehen kannst.



Die Mahlzeiten im Kingdom Ayurveda Resort finden zu festen Zeiten im freundlichen, offenen Restaurant statt. Alles wird täglich frisch zubereitet.

Es ist ein kleines, sehr schönes Ayurvedaresort, direkt am türkisblauen Meer, an einem noch vollkommen unberührten, kilometerweiten weißen Sandstrand, der hier im Süden immer noch nahezu menschenleer ist. Im wunderschönen Garten findest du unter den Frangipani Bäumen und Kokospalmen die langersehnte Ruhe und Entspannung.





Ich freue mich auf eine authentische Ayurvedakur in natürlicher und familiärer Atmosphäre. Wir werden erfrischt an Körper, Geist und Seele und voller Lebenslust wieder zurück nach Hause kehren.



- 13 x Übernachtung im Kingdom Ayurveda Resort
- alle Zimmer mit direktem Blick in den Garten und das Meer, mit Ventilator oder Klimaanlage
- Ayurvedische Vollpension
- tägliche Yogaeinheiten, beinhaltend Asanas (Körperstellungen), Pranayamas (Atemtechniken) und Dharanas (Meditationstechniken)
- ayurvedische Konstitutionsbestimmung/Anamnese + Abschlussgespräch
- 5 ayurvedische Treatments täglich
- Flughafentransfer zum Resort und zurück zum Flughafen Colombo
- Ayurveda Vortrag
- Reisebegleitung, Martina Benjes

Im Reisepreis **nicht** inklusive:

- Flug ab/bis Deutschland
- Reiseversicherung
- Tagesausflug
- Visum

Bis zum 01.07.19 ist eine Anzahlung von EURO 500,- pro Person zu leisten. Nach Eingang der Anzahlung wird die Buchung bestätigt und gilt als verbindlich. Die Anzahlung wird nicht zurückerstattet, kann aber nach Absprache auf eine andere, als Ersatz teilnehmende Person übertragen werden. Eine allfällige Reise-/Ferienversicherung ist deshalb empfehlenswert. Sollte der Yogalehrer aus unvorhergesehenen schwerwiegenden Gründen verhindert sein, behält sich die Kurzleitung vor, den Einsatz eines gleichwertigen Lehrers zu stellen. Weitere Informationen zum Hotel unter: www.kingdom-ayurveda.de

Achtung:

An alle Oldenburger und um zu, es gibt eine günstige Flugverbindung von Bremen über Amsterdam nach Colombo, oder mit Emirates von Hamburg über Dubai nach Colombo!