



AYUBOA

Ayurveda. Yoga. Reisen, die gut tun.

Yoga Ayurveda Retreat
Sri Lanka
mit
Tina Benjes

01.03. – 14.03.2027

Kingdom Ayurveda Resort

Süd-Sri Lanka

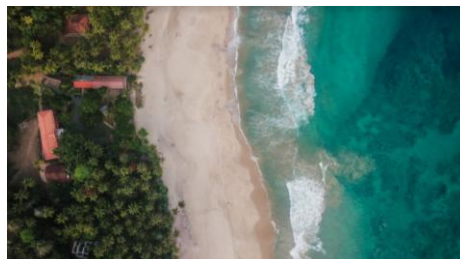
Ein charmantes, liebevoll geführtes Hotel mit nur acht komfortablen Zimmern, in einem paradiesischen tropischen Garten. Direkt am kilometerlangen weißen Sandstrand im Süden von Sri Lanka. Tauchen Sie ein in diesen bezaubernden Ort, genießen Sie traditionelle Ayurveda-Behandlungen, Yoga und Meditation in einem Umfeld voll Frieden und Harmonie. Hier im Kingdom Ayurveda Resort gewinnen Sie Ihre natürliche Balance wieder zurück.

Hotel

- Kleines Resort am langen Strand, umgeben von Privathäusern; sehr ruhig gelegen
- Staatlich anerkanntes Ayurveda-Zentrum mit gut ausgebildeten Therapeuten
- Engagierte Ärzte, die auch Akupunktur in Ergänzung anbieten
- Ausgezeichnete, hochwertige Küche
- Schöner Garten unter alten Bäumen direkt am Meer
- Liebenswertes Team
- Familiäre Wohlfühlatmosphäre

Zimmer

- Acht komfortable, schlichte Zimmer
- Schöne Massivholzmöbel, moderne Bäder
- Ventilator, sieben Zimmer verfügen zusätzlich über eine Klimaanlage
- Balkon oder Terrasse mit Sitzgelegenheit (Blick auf den Garten und das Meer dahinter)
- Großer Schrank, Tisch mit Spiegel, kleiner Safe
- Komfortable, hochwertige Matratzen und Moskitonetze
- Kostenlos Shampoo, Seife, Ayurveda-Zahnpasta
- Superior Zimmer sind etwas größer und haben extra-großen Balkon



Leistungen

- Klassische Ayurveda Panchakarma Kur
- Frühstück, Mittagessen, Abendessen
- Wasser, Tees, frische Säfte
- Ärztliche Eingangs- und Abschlussuntersuchung (Ernährungsberatung)
- Tägliche Beratung und ggf. Anpassung der Kur
- 4-5 Anwendungen pro Tag und Kräutermedizin
- Tägliche Yoga-Einheiten im Garten am Meer
- Kochvorführungen (einmal in zwei Wochen)
- Tägliche Zimmerreinigung und frischer Sarong
- Internet-Zugang im Bereich der Lobby
- Reisepreis-Sicherungsschein

Termin

- Hotel 01.03. – 14.03.2027 (13 Nächte)
- Flugan/abreise in Eigenregie 28.02. – 14.03.2027
- Verlängerung der Kur auf Anfrage individuell möglich

Veranstalter und Reisebegleitung

Reise-Veranstalter Ayuboa Reisen Anton Goth. Tina Benjes begleitet die Gruppe und erbringt Ihre Yoga-Stunden in eigener Verantwortung.