

Ayurveda Gruppenreise nach INDIEN

im Bethsaida Heritage in Kerala
vom 24.8. – 7.9.2024



S&K Die Reiseinsel
Kaufbeuren *Neugablonz



KUR/HAUSPROGRAMM

Dr. Shayana stammt aus einer alteingesessenen Ayurvedafamilie und hat in einem Hospital gearbeitet, bevor sie sich dem Bethsaida anschloss. Sie und ihr Team werden unterstützt von den gut ausgebildeten und motivierten Therapeuten, die zum Teil schon mehrere Jahre mit dem Bethsaida verbunden sind. Sie wenden die verschiedenen ayurvedischen Heilverfahren in ihrer seit Jahrtausenden überlieferten Form an. Dabei steht immer das Zusammenspiel von Psyche und Körper im Vordergrund. Es ist das komplexe Zusammenspiel von gesunder Ernährung, therapeutischem Wissen und Erfahrung, sorgfältiger Auswahl der Öle und Ingredienzen und einer Umgebung, in der Ruhe und Harmonie herrschen, die den Gesamteffekt der Ayurvedischen Kur im Bethsaida garantieren. Kein Wunder, dass das Bethsaida regelmäßig mit dem Green Leaf Zertifikat der keralesischen Regierung ausgezeichnet wird.

Die insgesamt 22 Behandlungsräume sind hell und luftig mit Blick in den üppigen Garten. Nach einer ausführlichen ärztlichen Eingangskonsultation zu Beginn Ihres Aufenthaltes wird der konkrete Behandlungsplan individuell nach Ihren Bedürfnissen abgestimmt. Neben den fünf Ärzten steht Ihnen ein gut ausgebildetes Therapeutenteam zur Seite. Gästen, die kein oder nur wenig Englisch sprechen, steht in der Hauptsaison ein Übersetzer (gegen Aufpreis) zur Verfügung.

Yoga unter Palmen

Parallel zu Ihrer Ayurvedakur wird täglich das Yogaprogramm des Bethsaida Hermitage angeboten.

So wird Ihre Kur durch sanftes Yoga, Pranayama und Meditation wohltuend unterstützt. Lassen Sie Ihren Blick über das Meer schweifen und tauchen Sie ein in die Spiritualität des indischen Subkontinents!

bitte wenden

UNTERKUNFT

In einer liebevoll gepflegten Gartenanlage wurden 80 Zimmer mit direktem Blick auf das Arabische Meer und mehrere Cottages und Zimmer im typischen keralesischen Architekturstil angelegt. Jede Unterkunft ist großzügig und mit Liebe zum Detail sowie mit allem Komfort - z.B. europäische Bäder - ausgestattet. Die Verwendung natürlicher Materialien - Holz, Stein und Ton - ist Standard in der gesamten Anlage. Der lokale Handwerksmeister, Mr. Kumar, hat jedem Raum seine ganz individuelle Note verliehen - von den Möbeln, über die Spiegel und Lampen, bis hin zu den Handtuchhaltern und den Vorhängen. Jedes Haus verfügt über eine separate kleine Terrasse. mit Blick auf das Meer. Für den Bau der Anlage musste kaum ein Baum weichen - eher wird um die Palmen herumgebaut. Das schafft immer wieder liebenswerte Details.

Die Seaview Zimmer befinden sich in den beiden terrassierten Hauptgebäuden mit unverbautem Blick auf den Arabischen Ozean. Sie bieten viel Platz, sind hell und modern mit vielen liebevollen Details eingerichtet. Ein Ventilator sorgt für angenehme Luftzirkulation. Dusche/WC, Ankleide, Sitzgelegenheit, Moskitonetz, TV und Kühlschrank bieten modernen Komfort. Von Ihrer eigenen Terrasse genießen Sie jeden Abend den traumhaften Sonnenuntergang.



VERPFLEGUNG

Das Restaurant bietet eine variationsreiche Auswahl indischer Ayurvedaküche. Wichtig ist dem Küchenteam, dass die Lebensmittel vor Ort von den lokalen Anbietern, der Fischern und Bauern, bezogen und frisch zubereitet werden, so dass Essen hier ein gesunder, die Kur unterstützender Genuss ist. Im Vordergrund stehen vegetarische Ayurveda-Gerichte, mit viel frischem Gemüse und Kräutern zubereitet, aber auch Fisch in verschiedenen Variationen ist auf der reichhaltigen Speisekarte zu finden. Sie können à la carte bestellen oder befolgen einen mit dem Arzt abgestimmten Menüplan.

Das Küchenteam organisiert regelmäßig Kochvorführungen, bei denen Sie Gelegenheit haben, die lokale kulinarische Tradition Keralas kennenzulernen.



ENTHALTENE LEISTUNGEN

Linienflug in der Economy Class München - Trivandrum – München • Flughafentransfers • 13 Übernachtungen im geteilten Doppelzimmer Seaview ohne Klimaanlage • Ayurvedische Vollpension (F,M,A) inkl. ayurvedischer Getränke im Bethsaida Hermitage • 13 Tage ayurvedische Kur • Eingangsd Diagnose und Konsultationen bei ayurvedischen Ärzten, alle Anwendungen und ayurvedische Medizin gemäß ärztlicher Verordnung • Yoga und Meditation (täglich Yoga durch den Yogalehrer des Bethsaida Resorts) • Halbtagesausflug (exklusiv für Gäste von NEUE WEGE) • regelmäßiges Kulturprogramm

• **Begleitung und Betreuung durch Carmen Schuster** • NEUE WEGE-Informationsmaterial

NICHT ENTHALTEN

Kosten für das notwendige Indien Visum • Ausgaben persönlicher Art

TERMINE UND PREISE

von	bis	Preis
24.8.2024	07.09.2024	Seaview Zimmer ohne AC ab 3.290 €
Einzelzimmeraufpreis im Seaview Zimmer ohne AC		300 €

Flug in Business Class auf Anfrage

Der Preis basiert auf einem tagesaktuellen Flugpreis und kann sich ändern. Erfahrungsgemäß wird der Preis in den nächsten Monaten stabil bleiben, umso kurzfristiger Sie buchen, umso höher ist das Risiko, dass der Flugpreis steigt. Reisepreis abhängig von der Flugverfügbarkeit und den Kerosinzuschlägen zum Zeitpunkt der Buchung.

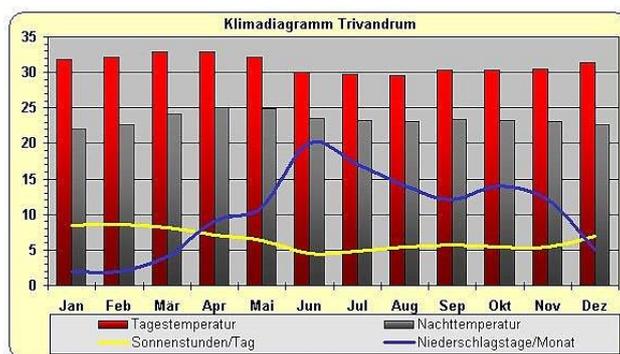
Teilnehmerzahl mindestens 10 Personen, maximal 15 Personen

WAHLEISTUNGEN

Aufpreise für Zimmer mit Klimaanlage auf Anfrage

Der Preis basiert auf einem tagesaktuellen Flugpreis und kann sich ändern. Erfahrungsgemäß wird der Preis in den nächsten Monaten stabil bleiben, umso kurzfristiger Sie buchen, umso höher ist das Risiko, dass der Flugpreis steigt.

Klimatabelle für Kerala:



bitte wenden

Carmen Schuster, Heilpraktikerin

Mein Tipp:

Empfohlene aber selbstverständlich freiwillige Maßnahme vor der Ayurveda Kur in Kerala.

Es hat sich als sehr wirksam erwiesen, einige Wochen vor der Ayurveda Kur mit bestimmten Verhaltensregeln bzw. Ernährungsumstellung und Ausleitungsmaßnahmen zu beginnen.

Umso wirksamer sind die Anwendungen dann vor Ort.

Gewünschte kostenfreie Beratung und/oder Infomappe bei Buchung der Ayurveda Reise bei mir.

www.naturheilpraxis-carmen-schuster.de

Anmeldung und ausführliche Informationen:

S&K Die Reiseinsel GmbH, Hafenmarkt 9 in 87600 Kaufbeuren

bei Erich Schuster Tel.: 08341-909300 e-mail: kaufbeuren@sk-Reiseinsel.de



Veranstalter: **NEUE WEGE Seminare & Reisen**, Am Getreidespeicher 11, 53359 Rheinbach

