Surya Lanka Ayurveda Resort

Grundpreise Ayurveda Intensivkur in Euro gelten pro Person inkl. **Ayurveda Intensivkur** inkl. ayurvedischer Vollpension zzgl. Flug und Transfers. Nicht enthalten im Reisepreis: Visagebühren und Ausflüge vor Ort

Die Aufenthaltsdauer für eine nachhaltige Ayurvedakur sollte bei mind. 14 Nächten liegen.
Bei bereits vorliegenden gesundheitlichen Gründen wird von unseren Ayurveda Ärzten ein Aufenthalt von mind. 21 Nächten empfohlen.

Frühlings Special: 26.03.25 - 20.04.25 - 15 € Nachlass pro Person (bereits in Preisliste berücksichtigt)
Sommer Special: 21.04.25 - 05.11.25–25% Nachlass (bereits in Preisliste berücksichtigt)

Reisezeit **Ayurveda Intensivkur** Kategorie Garden Room	***14 Nächte** 13 Behandlungstage Doppelzimmer	***14 Nächte** 13 Behandlungstage Einzelzimmer	*pro Nacht DZ / EZ Verlängerungsnacht inkl. Kur
16.12.24 - 25.03.25	Euro 2.451	Euro 3.047	Euro 183 / Euro 226
26.03.25 - 20.04.25	Euro 2.240	Euro 2.835	Euro 168 / Euro 211
21.04.25 - 05.11.25	Euro 1.838	Euro 2.284	Euro 137 / Euro 169
Aufpreis Transfers Flughafen - Resort - Flughafen	Euro 85	Euro 170	-

Grundpreise Ayurveda Heilkur in Euro gelten pro Person inkl. **Ayurveda Heilkur** inkl. ayurvedischer Vollpension zzgl. Flug und Transfers. Nicht enthalten im Reisepreis: Visagebühren und Ausflüge vor Ort

Die Aufenthaltsdauer für eine nachhaltige Ayurvedakur Heilkur sollte bei mind. 14 Nächten liegen.
Bei bereits vorliegenden gesundheitlichen Gründen wird von unseren Ayurveda Ärzten ein Aufenthalt von mind. 21 Nächten empfohlen.

Reisezeit **Ayurveda Heilkur** Kategorie Garden Room	***14 Nächte** 13 Behandlungstage Doppelzimmer	***14 Nächte** 13 Behandlungstage Einzelzimmer	*pro Nacht DZ / EZ Verlängerungsnacht inkl. Kur
16.12.24 - 25.03.25	Euro 2.775	Euro 3.580	Euro 208 / Euro 251
26.03.25 - 20.04.25	Euro 2.565	Euro 3.160	Euro 193 / Euro 236
21.04.25 - 05.11.25	Euro 2.082	Euro 2.528	Euro 156 / Euro 188
Aufpreis Transfers Flughafen - Resort - Flughafen	Euro 85	Euro 170	-

Surya Lanka Ayurveda Resort

*Im Reisepreis enthalten

* Übernachtung im Surya Lanka Ayurveda Resort, Sri Lanka in der gebuchten Zimmerkategorie
* ayurvedische Vollpension inkl. Fruchtsäfte, heißes Wasser, Kräutertees,
  1x wöchentlich als Barbecue
* Erst- und Folgekonsultationen mit dem Ayurveda-Arzt, Bestimmung des Dosha und Festlegung des Behandlungs- und Ernährungsplans
* täglich ca. 5 Ayurveda-Anwendungen **Ayurveda Intensivkur**: z.B. Gesichts-, Kopf-, Ganzkörper-Ölmassage, Shirodhara (Öl-Stirnguss), Pinda Sveda (Kräuterstempel), Vasti (Einlauf), Kräuter- und Dampfbad, Kräuterinhalation, ayurvedische Medizin, Virechena (Ausleitung), am An- und Abreisetag keine Anwendungen
* bei **Ayurveda Heilkur: zusätzliche Anwendungen je nach Krankheitsbild**
  die Heilkur wird für spezifische Krankheitsbilder wie Migräne, Schlafstörungen, Neurodermitis, Stoffwechselerkrankungen, Regeneration nach einer Chemotherapie, Schlaganfällen empfohlen
* 2x täglich (6x/Woche) morgens (Fortgeschrittene) und abends (Anfänger) Yoga mit Meditation
* je 1x wöchentlich Halbtagesausflug, Ayurveda-Kochvorführung und -Vortrag
* Sicherungsschein über Ihren Reisepreis

Ihre Anreise

Zielflughafen Bandaranaike International Colombo Airport (CMB): (ca. 197 km)
Fluganreise: gerne sind wir Ihnen bei Ihrer Flugbuchung behilflich



Für eine ausführliche Beratung und Planung Ihrer Reise stehe ich Ihnen jederzeit gerne telefonisch unter 08193 950240 (Daniela Bessler) - auch außerhalb der Geschäftszeiten unter info@verwoehnurlaub.de zur Verfügung.