

Yoga & Ayurveda Sri Lanka

15. - 29. April 2023

Ayurveda belebt die Abwehr- und Selbstheilungskräfte und erhält die Lebenskraft und Leistungsfähigkeit. Es werden alle Behandlungen, sowie die Ernährung auf die Person maßgeschneidert.

Zu den, zwischen drei und sechs, Behandlungen pro Tag gehören verschiedene Kopf-, Ganzkörper- sowie Gesichtsmassagen, Kräuterbäder und Kräuterdampfbäder, Inhalationen, Reinigungen auf Kräuterbasis, Kopf- und Gelenkbehandlungen mit speziell angerührten Pasten und Blütenbädern.

Im Preis enthalten sind:

- ayurvedische Vollpension
- Übernachtung im gebuchten Zimmer
- ärztliche Konsultationen
- Betreuung und Behandlung
- alle gängigen Ayurveda Anwendungen
- ayurvedische Medizin nach Verordnung durch den Arzt
- auf dein Dosha abgestimmter Kräutertee
- Säfte sowie Mineralwasser
- Meditation
- Yoga am Morgen mit Margarete
- Yoga am späten Nachmittag mit Sanjeewa
- - (3 x wöchentlich)



UNTERKUNFT

Ayurveda Shunyata Villa in Sri Lanka

KOSTEN

Die genaue Kostenaufstellung findest du auf meiner Homepage unter www.weitzendorf.at/srilanka oder melde dich per Mail bei mir, ich schicke dir gerne alles zu.

www.weitzendorf.at/srilanka

Margarete Weitzendorf **M** +43 676 46 45 360 **E** margarete@weitzendorf.at **W** www.weitzendorf.at