

2 Wochen ayurveda-erleben, in Südindien bei Dr.K.Gopakumar mit Trudi Sa. 10. - Sa. 24. Februar 2018



Dr. K. Gopakumar habe ich während meiner nun rund 10jährigen Ayurveda-Tätigkeit, als kompetenten Ayurveda Arzt kennen und schätzen gelernt. Gemeinsam haben wir schon diverse Ayurveda-Wochen durchgeführt. Sowohl in der Schweiz als auch in seinem persönlich geführten Gäste-Kur-Haus in Süd-Indien ermöglichen wir Menschen, Ayurveda-das Wissen vom Leben, für sich selbst zu entdecken und erfahren.

Im Frühjahr 2018 haben Sie/hast du die Möglichkeit einen Ayurveda-Kur-Aufenthalt im Ursprungsland mit zu erleben. Gerne berate ich Sie/dich im Vorfeld zu Fragen; ist ein Ayurveda Aufenthalt für mich bzw. meine Konstitution empfehlenswert, welche Beschwerden können durch ayurvedische Behandlungen behandelt und gelindert werden, Tipps zu Vorbereitung zur Reise und Betreuung während des Aufenthalts.

Das Angebot ist ideal für Interessierte, welche einen Ayurveda-Aufenthalt in kleiner Gruppe und persönlichen Umfeld miterleben möchten. Das kleine «Refugio» in Kovalam liegt ca. 5 Min. vom Strand entfernt. Es eignet sich speziell für Gäste, die Ruhe und Erholung suchen sowie Ayurveda-Behandlungen mit der umfassenden Ayurveda-Philosophie kennenlernen und am eigenen Körper erfahren möchten. Jeder Gast erhält nach der Eingangs-Anamnese ein auf seine Bedürfnisse abgestimmtes Behandlungspacket und wird während des Aufenthalts regelmässig von Arzt und Team liebevoll umsorgt. Mit dem Ziel, dass die Gäste sich wohlfühlen und mit verbessertem Wohlbefinden und wiedergewonnener Vitalität für die Herausforderungen des Alltags gestärkt sind.

Im Angebot enthalten sind:

Arztkonsultationen und persönliche Betreuung v. Dr. Gopakumar
Sequenzen von Meditation-Achtsamkeits-und tibetische Heilyoga-Übungen mit Trudi Bühler
Unterkunft im Einzelzimmer 13 Nächte
ayurvedisches Frühstück und Mittagessen
täglich; 1 Ganzkörper-Ölmassage plus 1-2 Behandlungen passend zur deiner/Ihrer Person

Im Angebot nicht enthalten sind:

Flug; Emirates Zürich-Dubai-Trivandrum ca. Fr. 1'000.00
Flughafen Transfer; Fahrzeit Trivandrum-Kovalam ca. ½ Std.
Nachtessen während des Aufenthalts

Kosten: Aufenthalt 13Tage Fr. 1'780.00 (ohne Flug)

Anmeldeschluss: bis 15. Dez. 2017 Teilnehmerzahl 4-5 Pers.

freue mich auf deinen Kontakt

Trudi Bühler 079 410 23 26

trudibuehler@bluewin.ch

www.ayurveda-erleben.ch

www.ayurvedakovalam.com