

Streicheleinheiten für Körper und Seele

Mit dem Ayurveda-Spezialisten Lotus Travel neue Energie tanken

Authentisches und nachhaltiges Ayurveda in den schönsten Resorts weltweit

(03.02.09) Mit frischer Energie ins neue Jahr: Ayurveda gilt als älteste Gesundheitslehre der Welt und bedeutet übersetzt „Das Wissen vom langen Leben“. Die ganzheitliche Heilmethode hat zum Ziel, Körper, Geist und Seele, die aufgrund von psychischem und physischem Stress aus dem Gleichgewicht gekommen sind, wieder in Einklang zu bringen. Wer authentisches Ayurveda erleben will, ist bei Lotus Travel goldrichtig. Als Spezialist für Reisen in das Mutterland des Ayurveda hatte Lotus Travel bereits 1996 als erster Anbieter Ayurveda-Kuren in Indien als Pauschalangebot im Programm. Mittlerweile zählt der Veranstalter mit 22 Resorts in sieben Destinationen zu den führenden Ayurveda-Spezialisten im deutschsprachigen Raum. Alle von Lotus Travel ausgewählten Resorts werden persönlich getestet und praktizieren authentisches Ayurveda als Heilwissenschaft. Wer Körper und Geist revitalisieren will, kann bei Lotus Travel aus einem breiten Angebot an Ayurveda-Resorts wählen. Ob Indien oder Sri Lanka, Mauritius oder Bali, Luxus-Palast oder familiäres Refugium – im Mittelpunkt steht immer die Regeneration von Körper und Seele.



Ananda – Doppelte Glückseligkeit im Himalaya und am Indischen Ozean

Ananda ist nicht nur das Sanskrit-Wort für Glückseligkeit, sondern steht auch für Ayurveda der Extraklasse. Seit Jahren bietet das „Ananda in the Himalayas“ seinen Gästen Ayurveda für höchste Ansprüche. Zudem zählt das Fünf-Sterne-Hotel mit seiner spektakulären Lage am Fuße des Himalaya und mit atemberaubendem Blick über den heiligen Fluss Ganges zu den wohl schönsten Hotels der Welt. Nun hat das Luxus-Resort Konkurrenz aus den eigenen Reihen bekommen. Im Dezember 2006 öffnete das „Shanti Ananda“ an der Südküste von Mauritius seine Pforten und lädt mit erstklassigen Wohlfühl-Angeboten ein, vor der Traumkulisse des Indischen Ozeans zu entspannen, sich die Füße von den türkisfarbenen Wellen umspülen zu lassen und die würzige Meeresluft zu atmen. Ein achttägiges „Ananda Yoga-Programm“ kostet bei Lotus Travel ab € 3.824,- pro Person/DZ inklusive Flug und ayurvedischer Vollpension.



Das Somatheeram Ayurvedic Health Resort – Ayurveda in Perfektion

Das "Somatheeram Ayurvedic Health Resort" ist eines der führenden Ayurveda-Hotels Südindiens und erhält seit 1993 alljährlich die offizielle staatliche Auszeichnung „Bestes Ayurveda-Zentrum in Kerala“. Das Resort liegt an einem feinsandigen, von Palmen gesäumten Strand. Das einzige Geräusch ist das Rauschen der Brandung. Auf einer Anhöhe in einem großen Garten mit üppiger Vegetation liegt das Resort mit seinen landestypischen Rundbungalows. Der Blick schweift über Palmenhaine und tropische Blütenmeere sowie über die Weite des Indischen Ozeans. Fernab von Massentourismus und Alltagsstress finden die Gäste an diesem idyllischen Fleckchen der Malabar-Küste Ruhe, Entspannung und vor allem sich selbst. Eine achttägige Anti-Stress-Kur kostet bei Lotus Travel ab € 1.423,- pro Person/DZ inklusive Flug und ayurvedischer Vollpension.

Das Kalari Kovilakom – Der Ayurveda-Palast

Das „Kalari Kovilakom“ befindet sich umgeben von sattgrünen Reisfeldern in einem ehemaligen Königspalast im Hinterland von Kerala, dem Ursprungsland des Ayurveda. An diesem Ort der Ruhe wird Ayurveda nicht nur praktiziert, sondern gelebt. Hier verbindet sich der Luxus eines ehemaligen Palastes mit einer Einfachheit, die an einen Ashram erinnert. Kein Mobiltelefon und kein Fernseher stören die königliche Ruhe. Stattdessen bleibt viel Zeit für traditionelle ayurvedische Behandlungen, die individuell auf jeden Gast abgestimmt werden. Bei Yoga und Meditation fällt unnötiger Ballast von Körper und Geist ab. Eine 14-tägige Anti-Stress-Kur kostet bei Lotus Travel ab 4.318,- pro Person/DZ inklusive Flug und ayurvedischer Vollpension.

Das Bogenvillya Ayurveda Resort – Entspannen und gleichzeitig Gutes tun

Weit mehr als authentische Ayurveda-Kuren bietet das „Bogenvillya Ayurveda Resort“ in Sri Lanka, das Lotus Travel exklusiv auf dem deutschen Markt anbietet. Das idyllisch gelegene Refugium nahe Ahungalla gehört der Hilfsorganisation „one world foundation“ an. Mit der Buchung eines Aufenthalts im „Bogenvillya“ wird der LOTUS-Traveller automatisch zum Förderer der „one world foundation“ und unterstützt eine benachbarte Schule. Aktuell besuchen rund 700 Kinder die kostenlose Schule. Individuelle Programme sollen helfen, das Bildungsniveau zu verbessern. Wer einen Aufenthalt im „Bogenvillya“ bucht, entspannt nicht nur bei erstklassigem Ayurveda direkt am Indischen Ozean, sondern trägt zudem zum Erhalt und zur Weiterentwicklung des Schulprojektes bei. Eine achttägige Ayurveda-Panchakarma-Kur kostet bei Lotus Travel ab € 1.720,- pro Person/DZ inklusive Flug.

Das COMO Shambhala Estate at Begawan Giri – Heiliger Ort der Glückseligkeit

Heiliger Ort der Glückseligkeit, so lautet der Name des „COMO Shambhala“ aus dem Sanskrit übersetzt. Und diesem Anspruch wird das Luxus-Resort im Herzen Balis zweifelsohne gerecht. Das Sechs-Sterne-Resort liegt malerisch auf Begawan Giri, dem „Berg des weisen Mannes“. Von den Gästehäusern im balinesischen Stil bietet sich ein atemberaubender Blick auf das Flusstal und die umliegenden Reisterrassen. Bei einem Spaziergang durch die weitläufige Anlage kommt man an idyllischen Wassergärten und kühlenden Heilquellen vorbei. Urwaldriesen spenden Schatten. Herzstück des Luxus-Resorts ist das Health & Wellbeing-Zentrum. In dieser Oase der Ruhe findet der Gast zu neuer Energie und aktiviert dank individueller Kurprogramme schrittweise seine Selbstheilungskräfte. Ein achttägiges Ayurvedic-Programm kostet bei Lotus Travel inklusive Übernachtung und ayurvedischer Vollpension ab € 1.867,- pro Person/DZ.

Das Ayurveda-Center Maho: Langzeitkuren speziell für Menschen ab 60 Jahren

Eingebettet in eine unberührte Kultur- und Dschungellandschaft, bietet das "Ayurveda-Center Maho" im Herzen Sri Lankas ideale Voraussetzungen, um in friedvoller Umgebung die Harmonie von Körper und Seele wiederzufinden. Inmitten von sattgrünen Wäldern und leuchtenden Seen wohnt der LOTUS-Gast im Einklang mit der Natur in einem der 12 fröhlich pastellfarbenen Bungalows. Menschen ab 60 Jahren kommen im "Ayurveda-Center Maho" in den Genuss eines besonderen Wohlfühlangebots: Eine spezielle 28-tägige Langzeitkur aktiviert den Stoffwechsel, körperliche Beschwerden werden gelindert und das Wohlbefinden gestärkt. Eine 28-tägige Reinigungs- und Regenerationskur speziell für Menschen ab 60 Jahren kostet bei Lotus Travel inklusive Flug und ayurvedischer Vollpension ab € 2.616,- pro Person/DZ.

Lotus Travel: Erster Anbieter mit zertifizierter Ayurveda-Fortbildung

All denjenigen, die Ayurveda nicht nur erleben, sondern auch erlernen und in ihr berufliches Umfeld integrieren wollen, bietet Lotus Travel als erster Reiseveranstalter auf dem deutschen Markt eine zertifizierte Ayurveda-Fortbildung an. Der 16-tägige Fortbildungslehrgang wird in Kooperation mit dem innovativen Aus- und Weiterbildungszentrum "Campus Naturalis" sowie dem „Somatheeram Ayurvedic Health Resort“ in Kerala durchgeführt. Die Fortbildung führt Menschen mit ayurvedischer Grundausbildung nach Südindien, in das Ursprungsland des Ayurveda. Im mehrfach preisgekrönten „Somatheeram Ayurvedic Health Resort“ vertiefen die Teilnehmer ihre Kenntnisse und bekommen von Ayurveda-Profis wertvolle Tipps. Nach bestandener Prüfung erhalten die Absolventen ihr Abschlusszertifikat mit der Auszeichnung „Traditional Ayurvedic Therapist“ oder „Traditional Ayurvedic Manual Therapist“.

Weitere Information und Buchung: Lotus Travel Service (www.lotus-travel.com)

E-Mail: redaktion@frankfurtlive.com

www.frankfurt-live.com