



Yoga-Übung

©Lotus Travel Service



Devaaya Ayurveda & Nature Cure Centre

©Lotus Travel Service



Regeneratives Yoga

©Lotus Travel Service

Ausgleichende Asanas in Indiens exotischem Süden - Mit Lotus Travel zur Yoga-Therapy ins Devaaya Ayurveda & Nature Cure Centre reisen

Sehr geehrte Damen und Herren,

Yoga – die 5000 Jahre alte philosophische Lehre– verheißt allen, die sich auf ihre Komplexität einlassen, Bereicherung und inneren Frieden. Sie beinhaltet körperliche wie mentale Konzentrations- und Ausgleichsübungen und versteht sich als Ganzkörpertraining zum Aufbau bzw. zur Dehnung des Muskelapparates sowie zur Stärkung von Kreislaufsystem und Immunabwehr. Das Devaaya Ayurveda & Nature Cure Centre im südindischen Bundesstaat Goa bietet seinen Gästen neben verschiedenen Ayurveda-Programmen nun auch Yoga-Therapie-Kurse an. Fundiert ausgebildete, erfahrene Yoga-Lehrer entwickeln hierbei unter Berücksichtigung der individuellen körperlichen Möglichkeiten die für jeden Einzelnen empfehlenswerten Asanas – unterstützt durch schmackhafte ayurvedisch-vegetarische Speisen und die wohltuende Wirkung der umliegenden Natur. Ein achttägiger Yoga-Therapie-Kurs ist schon ab 770,- Euro pro Person im Doppelzimmer buchbar.

Im Hinterland Goas hat der weit verzweigte Lauf des Mandovi-Flusses ein Netz aus Wasseradern und somit eine einzigartige Naturlandschaft geschaffen. Inmitten dieser Idylle liegt das Devaaya Ayurveda & Nature Cure Centre auf der kleinen Insel Divar. Seine abgeschiedene Lage empfiehlt es als Oase der Ruhe, der Entspannung und der Einkehr.

Das Yoga-Therapy-Programm wurde in Zusammenarbeit mit der renommierten S-VYASA University in Bangalore entwickelt und zielt auf die Behandlung und Prävention zahlreicher Krankheitsbilder wie Rückenschmerzen, Diabetes, Adipositas, Verdauungsbeschwerden, Arthritis oder psychische Beschwerden ab.

Nach einer Eingangskonsultation mit dem behandelnden Arzt beginnt die Therapie, die auf der richtigen Kombination von Asanas (Posen), Pranayama (Atemübungen), Kriyas (Reinigungstechniken), Meditation und Entspannung basiert. Ergänzt wird die wohltuende Wirkung der einzelnen Bestandteile durch einen abgestimmten Speiseplan. Die atemberaubende Schönheit der Natur trägt ebenfalls maßgeblich zum Therapieerfolg bei.

Ein achttägiger Yoga-Therapy-Kurs ist ab 770,- Euro pro Person im Superior-Doppelzimmer buchbar. Darin enthalten sind die Transfers ab/bis Flughafen Goa, mehrere Arztkonsultationen, vier Stunden Yoga-Sessions pro Tag, Meditation, ayurvedische vegetarische Vollpension, kulturelles Rahmenprogramm und die Nutzung von Sauna, Dampfbad, Whirlpool, Tennis, Fahrrädern, geführten Spaziergängen und dem Fitnesscenter.

Herzliche Grüße, Ihre
Silvia Leibacher & Julia Andre

Ausführliche Informationen, Bildmaterial, Anfragen für Pressereisen und Katalogbestellungen unter der Telefonnummer +49(0)89 202 08 990 oder unter www.lotus-travel.com.

Pressekontakt:

Silvia Leibacher und Julia Andre

Lotus Travel Service GmbH

Baaderstraße 3

80469 München

Tel.: +49 / 89 / 202 089 90

silvia.leibacher@lotus-travel.com

julia.andre@lotus-travel.com