

Rasayana & Relax Ayurvedakur, Madeira - 8 Tage

Rasayana (=Entspannungs-) Ayurvedakur mit Blick über den Atlantik Im Alpino Atlantico Ayurveda Cure Hotel! Flexible An- und Abreise!

Das **Alpino Atlantico Ayurveda Cure Hotel** liegt direkt an der Küste auf einer kleinen Klippe. Vom Stil her ist es ein kleines Boutique Hotel mit Flair und einem fantastischen Blick über den Atlantik.

Im Alpino Atlantico befindet sich das erste Ayurveda Kurzentrum Portugals!

Genießen Sie im **Ashoka Ayurveda Kurzentrum** von Birgit Moukom die entspannende, regenerierende und entschlackende Wirkung von ayurvedischen Massagen, ayurvedischer Küche und Yoga und lassen Sie sich von erfahrenen Therapeuten, indischen Ayurveda Ärzten und exzellenter Ayurveda Küche verwöhnen. Die Entspannungskur schenkt Ihnen neue Vitalität und Lebensfreude, sie dient zur Stabilisierung strapazierter Nerven und erschöpfter Kraft.

Wenn immer es das Wetter erlaubt, werden Ihnen das Frühstück und das spezielle ayurvedische Menu auf der Panoramaterrasse serviert.

Buchbar für Erwachsene ab 18 Jahren!

YogaMare Tipp: Verlängern Sie Ihren Aufenthalt und entdecken und erleben Sie Madeira! Es ist unendlich viel geboten: Wandern, Mountainbiken, Tauchen, Golf, Delfinschwimmen, Jeep Touren, Canyoning... um nur einige Aktivitäten zu nennen.

Tägliche Anreise möglich! Fragen Sie gerne Ihren Wunschtermin an - auch abweichend von unseren veröffentlichten Reisetterminen.

Leistungen:

- 7x Übernachtung im Alpino Atlantico Ayurveda Cure Hotel****
- Ayurvedische Vollpension
- 1x Eingangsuntersuchung und -Beratung sowie Abschlussgespräch beim indischen Ayurveda Arzt
- 6x ayurvedische Massagen gemäß Ihres Therapieplan
- 6x Yoga (60 Min.) morgens
- 1x Yoga am Nachmittag
- 3x Meditation/YogaNidra
- 1x Ernährungsberatung
- 1x Ayurveda Workshop
- 1x Ayurveda Kochkurs
- freier Eintritt ins Fitnesscenter im Schwesternhotel Sentido Galosol inkl. Gruppen-Fitness-Kursen
- freier Eintritt in den Wellnessbereich im Schwesternhotel Sentido Galosol mit Pool, Sauna und Jacuzzi
- freier Eintritt in das ASHOKA SPA mit Sauna im Schwesternhotel Sentido Galomar
- Umfangreiches Wochenprogramm mit Walking, Jogging etc.
- Transfer vom Flughafen Funchal zum Hotel und zurück
- Am Ostersonntag sowie 24.12. bzw. 31.12. ist jeweils ein Gala Menü inkl. Hausgetränke enthalten (obligatorisch).
- Tägliche Anreise möglich! Fragen Sie gerne Ihren Wunschtermin an - auch abweichend von unseren veröffentlichten Reisetterminen.
- Nicht im Reisepreis enthalten:
 - Flug - weitere Informationen hierzu unter "Anreise"
 - Öko-Steuer ca. 2EUR pro Person/Tag (max. 7 Tage)
 - zahlbar direkt vor Ort

Preis:

