

INDIA: Rejuvenation in Kerala

Soggiorno 10 notti- 11 giorni in pensione completa



Un luogo ospitale, dove al centro è la persona. Un eden ideale per chi cerca un retreat ayurvedico a misura d'uomo immerso nella pace di un lussureggiante giardino tropicale, affacciato su una spiaggia di sabbia dorata che si snoda per diversi chilometri lungo il mare arabico, nel sud del Kerala. Poche camere, tutte diverse, arredate con cura e sobrietà. Lezioni quotidiane di Yoga e una dieta vegetariana su misura completano i programmi studiati per offrire un momento di profondo benessere. Un processo di purificazione dell'intero corpo per raggiungere l'equilibrio dei cinque elementi che lo compongono secondo la tradizione dell'Ayurveda. Massaggi con olii medicati, bagni di vapore e medicine naturali conducono in questo viaggio che regala anche nuova leggerezza alla mente e all'anima.

Programma ayurvedico personalizzato con 1 trattamento al giorno

1 sessione quotidiana di yoga

1 sessione quotidiana di meditazione.

Dieta personalizzata, consultazione con il medico ayurvedico e controllo costante.

1 escursione di due giorni a Kanyakumari- punta estrema dell'India.

Quota di partecipazione per persona
base doppia a partire da

€ 1.530,00