

Traditionelle Panchakarma-Kur

Begeben Sie sich in die Hände unserer Ayurveda-Ärzte am Panchakarma-Institut in Chowara, Südindien, so vertrauen Sie auf die konzentrierte medizinische Erfahrung aus fünf Jahrtausenden, die sich die Wirkstoffe aus etwa dreitausend Pflanzen zunutze macht.

Shakti Vani Ayu – Ausgleich für Körper und Seele

Unser zunehmend beschleunigtes Lebenstempo, die permanente Forderung nach Leistungsfähigkeit und immer komplexer werdende Arbeitsumgebungen verlangen uns mitunter mehr ab, als für uns gesund und richtig ist. Wenn sich die Hektik noch ergänzt durch Bewegungsarmut und eine einseitige oder ungesunde Ernährung, gerät der Säure-Basen-Haushalt in ein dauerhaftes Ungleichgewicht. Physiologische und psychosomatische Erkrankungen nehmen erheblich zu. Erscheinungen wie Magen-Darm-Erkrankungen, Hautkrankheiten, psychiatrische Störungen wie Depression und Burnout-Syndrom, Schlaflosigkeit, Muskel- und Gelenkerkrankungen sind die Folge. So kann ein einst erfülltes Leben in eine gefährliche Negativspirale geraten.

Ayurveda ist der Königsweg, um diesen Entwicklungen entgegenzuwirken: durch Aktivierung, Entgiftung und Regeneration des Stoffwechsels.

„Shakti Vani Ayu“ lautet hier unsere Wunschvorstellung, nach der wir unser medizinisches Bemühen richten. Es bedeutet frei übersetzt „ein langes, kraftvolles Leben, ermöglicht durch die Göttin der Weisheit, Wissenschaft und Kunst“. Wir streben danach, dass Sie wieder ein solches achtsames, vitales Leben führen können – beruflich wie privat.

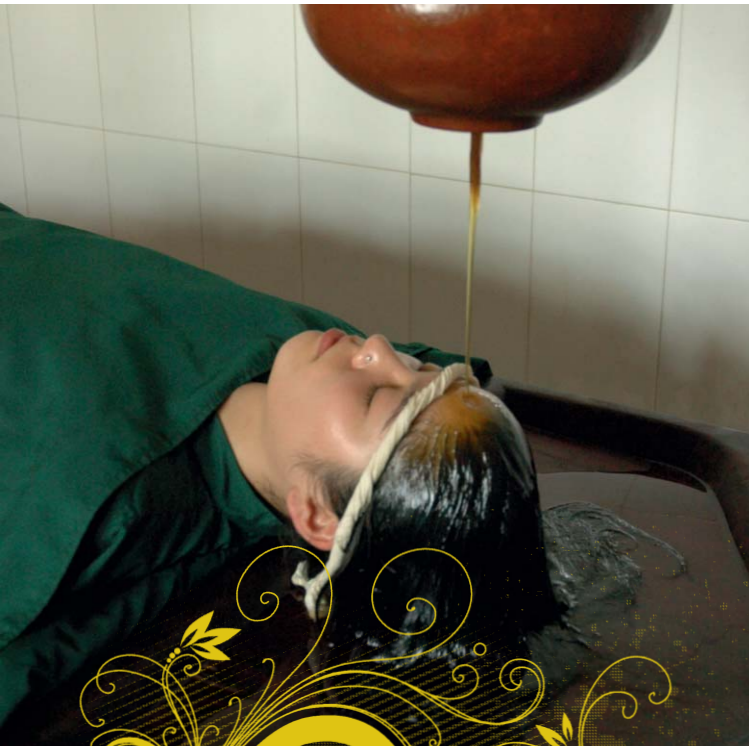
Ganzheitliches Wohlergehen

Bei einer Panchakarma-Kur werden Geist und Körper gleichermaßen angesprochen. Erleben und genießen Sie Verordnungen der traditionellen indischen Medizin, atmen Sie die ätherischen Substanzen tief ein, nehmen Sie heilsame Essenzen über eine Massage auf und lassen Sie

Ihr Kur- und Ferienort

Der Bundesstaat Kerala in Südindien gilt als Geburtsstätte der Ayurveda-Medizin. Im Herzen dieser traditionsreichen Region liegt Ihre Unterkunft: knapp 20 km südlich der Hauptstadt Trivandrum, in reichhaltiger Kulturgeschichte und tropischem Klima. Wenige Minuten Fußmarsch durch eine eindrucksvolle exotische Vegetation trennen Sie von den Stränden des Arabischen Meeres.

Authentische Ayurveda-Kur



in Kerala/Südindien

Begleitung und Betreuung
durch erfahrene Ayurveda-Ärzte

Rundum-Service:

Flug, Unterbringung, Behandlung und Vollpension

Reisezeit: Februar bis März sowie Individualreisen

Eine Panchakarma-Kur ist eine Tiefenreinigung Ihres Körpers, bei der die anatomischen und physiologischen Funktionen zugleich berücksichtigt werden. Damit der Organismus angestaute Toxine und Abfallstoffe ausleiten kann, bedarf es der gekonnten Anwendung rein pflanzlicher Medizin, über mehrere Wochen hinweg und in denkbar ruhiger Umgebung.

Ihren Körper bei einem Stirnguss zur Ruhe kommen. Nach Ihren Wünschen nehmen Sie zudem an Meditations- und Yogakursen teil.

Das reichhaltige vegetarische Angebot der ayurvedischen Küche wird ebenfalls seinen Teil dazu beitragen, dass Sie rasch neue Energie verspüren und wieder in ein inneres Gleichgewicht geraten.

Sie wohnen im Einzel- oder Doppelzimmer in Bungalows/ Appartements inmitten des tropisch grünen Campus des Panchakarma-Instituts. Die Zimmer sind nach westlichem Standard eingerichtet: Bad mit Dusche und WC, Balkon bzw. Terrasse.

Sammeln Sie bei Ihrer Ayurveda-Kur Eindrücke, von denen Sie lange zehren können.