

# AYURVEDA

DER SANFTE WEG ZU NEUER ENERGIE

## COCONUT BAY BEACH RESORT



WOHLBEFINDEN FÜR KÖRPER, GEIST UND SEELE

Indien



**Das Reisekontor**

**Das Reisekontor – Swoboda GmbH,**  
Postanschrift: Postfach 4, 5027 Salzburg,  
Tel.: +43/662/880185 Fax: +43/662/8801859  
c/o Media Tour, Franz Josef Str. 22, 5027 Salzburg  
e-mail: [office@dasreisekontor.at](mailto:office@dasreisekontor.at),  
Internet: [www.dasreisekontor.at](http://www.dasreisekontor.at)  
[www.ayurveda-uren.at](http://www.ayurveda-uren.at)

Das Coconut Bay ist ein privates Resort am langen, feinen Sandstrand von Kovalam, Kerala, Südindien. Die großzügige Anlage, die sich über eine Fläche von 9.000 qm erstreckt,



liegt inmitten eines üppigen Palmenhains direkt an einer Bucht mit naturbelassenem Sandstrand.



Das Resort mutet recht europäisch an. Die baulichen Strukturen sind klar und die Wege zur Yoga-Halle, sowie zum Restaurant und zum Ayurveda-Zentrum kurz. Am ruhigen, gepflegten Sandstrand kann man dem Alltagsstress entfliehen. 22 bequeme Deluxe Villas und 5 Beach Zimmer, jedes mit einmaligem Blick aufs Meer, liegen nur 25 m vom schönen, ruhigen Strand entfernt. Hier können Sie sich im Schatten entspannen, in der goldenen Sonne liegen, oder auch im Meer baden. Sollte der Wellengang des Indischen Ozeans zu stark sein, dann steht Ihnen ein herrlicher Süßwasserpool mit atemberaubenden Blick aufs Meer zur Verfügung.



Folgende Zimmertypen stehen zur Wahl: Alle Unterkünfte verfügen über eigene D/WC, Doppelbetten, Telefon, Fernseher (auf Wunsch) und Kühlschrank.

#### **Beachrooms (nicht klimatisiert)**

Die Beach Rooms sind fünf Zimmer in einem Block mit einem gemeinsamen Balkon. Diese Zimmer haben einen privaten Rasen mit einem einmaligen Blick aufs Meer. Liegen und Hängematten stehen zur Verfügung.

#### **Beach Villas (nicht klimatisiert)**

Diese geräumigen, nicht klimatisierten Villen liegen nahe am Strand. Auf der eigenen Sonnenterrasse stehen Liegen und Hängematten zur Verfügung.

#### **Zambi's Place oder Villas (klimatisiert)**

Gleiche Ausstattung wie die Beach Villas. Lage beim Pool. Zambi's Place liegt im Nachbargrundstück nur wenige Schritte entfernt und bietet einen wunderschönen Meerblick

#### **Deluxe (klimatisiert)**

Gleiche Ausstattung wie die Beach Villas, aber geräumiger und bessere Ausstattung. Meerblick.

#### **Sup. Deluxe Villa(klimatisiert)**

Gleiche Ausstattung wie die Deluxe Villass, aber geräumiger, direkt beim Strand gelegen mit eigener Liegeterrase





Das Ayurveda-Zentrum des Coconut Bay Beach Resort steht unter der Leitung eines sehr erfahrenen Ayurveda-Arztes. Das „Coconut Bay Beach Resort“ ist mit dem „Olive Leaf Award“ von der Regierung Keralas ausgezeichnet worden. Man ist besonders darauf bedacht, dass hier ausschließlich die authentische, traditionelle Ayurvedakur angeboten wird.

Das Ayurveda-Team besteht aus einer erfahrenen Ärztin und einem erfahrenen Arzt, sowie 12 gut geschulten Therapeuten.

Das Ayurveda-Grundprogramm sieht entweder eine klassische Panchakarma Kur (Purification- bzw. Reinigungs-Kur) oder eine Rejuvenation-Therapie (Verjüngungs-Kur) vor, die von der Erstuntersuchung über den individuell angepassten Behandlungsablauf, bis hin zur Abschlussuntersuchung sorgfältig und gewissenhaft durchgeführt wird. Die Behandlungen und die Arztkonsultationen finden alle



im neuen resorteigenen Ayurveda-Zentrum mit acht Behandlungsräumen statt.

Schwerpunktmäßige Kurinhalte (Verjüngungskur/Reinigungskur nach vorheriger Absprache, bzw. ärztlicher Untersuchung):

Erstuntersuchung mit Feststellung bestehender Schwierigkeiten bzw. Festlegung präventiver Schwachpunkte unter vorheriger Bestimmung der Doshas. Alle Behandlungen inkl. entsprechender Massagen und gegebenenfalls Darmreinigung (Vashti) werden nach ärztlicher Verordnung durchgeführt. Körpermassagen zwei-/vierhändig, Kräuterdampfbäder, Kopfmassagen, Kopfbalsam, Thermo-Massagen, Kräuterinhalationen, Nasenreinigung, Stirn- und Gesichtsmassagen, porenschließende Kaltbäder, Heißluftbehandlungen, Augen-spülungen, Fußmassagen und kräutermedizinische Anwendungen.



Für Übersetzungen steht eine deutschsprachige Gästebetreuung zur Verfügung. Kurbegleitendes Yoga findet täglich unter professioneller Anleitung statt.

#### **Unsere Meinung:**

Dieses herrliche Resort mit fantastischer Lage direkt am Sandstrand bietet angenehmen Komfort und eine herzliche Atmosphäre.

Die Anlage ist ideal für eine Ayurvedakur und bietet Entspannung und Erholung pur.

Preise pro Person	01. November 2014– 30. April 2015					
Kategorie	2 Wochen (14 Nächte) ca 45 Anwendungen		3 Wochen (21 Nächte) ca 60 Anwendungen		VL-Tage	
	Im DZ	Im EZ	Im DZ	Im EZ	Im DZ	Im EZ
	Beach Room Non AC/Eco	---	1540	---	2310	---
Beach Room Non AC	1435	1750	2150	2620	103	125
Zambi's Place / Villa AC	1695	2265	2540	3410	121	140
Deluxe Villa AC	1835	2510	2770	3785	131	180
Sup. Deluxe Villa AC	2155	3170	3230	4740	154	226
	01. Mai – 30. September 2014					
Beach Room Non AC	---	1320	---	1980	---	95
Beach Villa Non AC	1240	1410	1855	2115	89	101
Zambi's Place / Villa AC	1435	1785	2150	2665	103	128
Deluxe Villa AC	1515	1905	2280	2830	109	136
Sup. Deluxe Villa AC	1855	2540	2775	3805	132	182

#### **Inkludierte Leistungen bei der Panchakarmakur:**

(die genaue Anzahl der einzelnen Massagen bzw. Behandlungen wird vom Arzt nach der Erstuntersuchung festgelegt:

- Ärztliche Erst- / Abschlussuntersuchung
- Wöchentliche Konsultationen
- Tägliche Ayurvedamedizin
- Ernährungsberatung
- ayurvedische Vollpension
- Kräutertees
- Alle Massagen (Kopf, Gesicht, Intensiv, Ganzkörper-Synchron, Öl-Kräuterreis)
- Ölstrahl-Kopfbehandlungen
- Darmreinigung
- Nasen-Stirnhöhlenreinigung
- Kräuterinhalationen
- Kräuter-Dampfbäder
- Kräuterbäder
- Blütenbad
- Yoga und Meditation
- Bei Bedarf: Spezialmassagen & Akupunktur
- Augen-, Ohren, Rachen- u. Hautbehandlungen
- Transfers Flughafen - Hotel - Flughafen

#### **Nicht inkludierte Leistungen:**

- Linienflüge nach/von Trivandrum
- Trinkgelder
- pers. Ausgaben wie Wäscherei, Taxi, Drinks etc
- Visabesorgung
- Zusätzl. Kurbehandlungen
- Ausflüge

#### **Zeitverschiebung**

Mittleuropäische Zeit (MEZ) + 4,5 Stunden

#### **Vorgeschriebene Impfungen:**

Es sind keine Impfungen vorgeschrieben. Impfpfehlungen erhalten Sie jederzeit von Ihrem Landesgesundheitsamt, Ihrem Hausarzt oder Ihrer Apotheke.

Preis- und Programmänderungen vorbehalten (insbesondere Kursschwankungen, Treibstoffhöhungen sowie Änderungen der Flughafengebühren). Es gelten die „Allgemeinen Reisebedingungen (ARB 92) in letztgültiger Fassung.

Bitte beachten Sie, dass die Flughafengebühren ständigen Änderungen unterliegen. Die genaue Höhe kann erst mit Ticketausstellung bzw. mit Aussendung der Restzahlung fixiert werden. Wir behalten uns daher Anpassungen ausdrücklich vor.

#### **Einreise / Visum:**

Visum ist erforderlich! Dieses ist vorab ausschließlich elektronisch zu erfassen und dann einzuschicken. Der Reisepass muss noch 6 Monate über das Reisedatum gültig sein.

Für die Visabesorgung benötigen wir 6 Wochen vor Reisebeginn folgende Unterlagen:

- 2 Passfotos (US-Format 5 x 5 cm, keine Farbkopie)
- 1 Reisepass (noch mind. 6 Monate gültig + 1 freie Seite im Reisepass)
- 2 ausgefüllte und unterschriebene Antragsformulare