



AYURVEDA KURPROGRAMME + PREISE

01.11.2018 – 20.12.2019

Änderungen vorbehalten V2



WELLNESS PUR 6 Tage			PRINCESS BEAUTY 6 Tage		
	6 Tage	Zusatztag		6 Tage	Zusatztag
01.11.18 – 31.03.19	486,00 €	81,00 €	01.11.18 – 31.03.19	300,00 €	50,00 €
01.04.19 – 30.04.19	414,00 €	69,00 €	01.04.19 – 30.04.19	252,00 €	42,00 €
01.05.19 – 30.09.19	366,00 €	61,00 €	01.05.19 – 30.09.19	222,00 €	37,00 €
01.10.19 – 31.10.19	414,00 €	69,00 €	01.10.19 – 31.10.19	252,00 €	42,00 €
01.11.19 – 20.12.19	486,00 €	81,00 €	01.11.19 – 20.12.19	300,00 €	50,00 €
<p>+ Ärztliche Anfangs- und Abschlusskonsultation + Kopf- oder Fussmassagen + Ganzkörper-Synchronmassagen + Ölstrahl Kopfbehandlungen (Shirodhara) + Intensivmassagen + Thermo-Reis-Massagen + Kräuterbäder, Blütenbad + Thai Chi, Wassergymnastik + Meditation & Yoga ca. 20 Anwendungen</p> <p>Zu Beginn und zum Abschluss der Kur werden Sie von unserem Arzt untersucht, der Ihre Kur individuell auf Sie abstimmt.</p> <p>Unser Wellness Pur bietet Ihnen täglich ayurvedische Behandlungen auf der Grundlage des Panchakarma.</p> <p>Wellness Pur ist ideal für diejenigen, die keine gesundheitlichen Probleme haben, sich jedoch vom Alltagsstress entspannen und erholen wollen und zu mehr Vitalität gelangen möchten.</p>			<p>+ Gesichtsbehandlung mit Tiefenreinigung + Zwei Lymphstimulationsmassagen + Maniküre und Pediküre mit Pflegepackung und Hand- bzw. Fussmassage + Lymphstimulationsmassage mit Augenregenerationsbehandlung + Klassische ayurvedische Kosmetikbehandlung und ayurvedische Ganzkörpermassage + Bodypeelingpackung</p> <p>Unsere Princess Beauty Kur bietet internationale und ayurvedische Behandlungen. Sie können diese mit zahlreichen Anwendungen aus unserem Beauty-Programm gegen Aufpreis ergänzen.</p>		
Seite 1 von 5					



WELLNESS & BEAUTY 10 Tage			PANCHAKARMA KUR 12 Tage / 18 Tage				
	10 Tage	Zusatztag	12 Tage	Zusatztag	18 Tage	Zusatztag	
01.11.18 – 31.03.19	890,00 €	89,00 €	01.11.18 – 31.03.19	1.260,00 €	105,00 €	1.836,00 €	102,00 €
01.04.19 – 30.04.19	760,00 €	76,00 €	01.04.19 – 30.04.19	1.080,00 €	90,00 €	1.548,00 €	86,00 €
01.05.19 – 30.09.19	670,00 €	67,00 €	01.05.19 – 30.09.19	948,00 €	79,00 €	1.368,00 €	76,00 €
01.10.19 – 31.10.19	760,00 €	76,00 €	01.10.19 – 31.10.19	1.080,00 €	90,00 €	1.548,00 €	86,00 €
01.11.19 – 20.12.19	890,00 €	89,00 €	01.11.19 – 20.12.19	1.260,00 €	105,00 €	1.836,00 €	102,00 €
<p><u>Lungbrunnen für Ihren Körper –</u> <u>Wohlbefinden für Ihre Haut</u></p> <p>Unsere Wellness & Beauty Kur verwöhnt Sie mit einer speziellen Kombination aus aufeinander abgestimmten ayurvedischen und kosmetischen Behandlungen. Die ayurvedischen Behandlungen beruhen auf der Grundlage des Panchakarma.</p> <p>Diese Kombination macht die Wellness & Beauty Kur zu einem Wohlfühlerlebnis der besonderen Art für Körper, Geist und alle Sinne. Damit Sie sich wieder wohl in Ihrer Haut und in Ihrem Körper zu Hause fühlen können.</p> <p><u>Die ultimative Kur um die „Seele baumeln“ zu lassen...</u></p> <ul style="list-style-type: none"> + Ärztliche Anfangskonsultation + Ärztliche Abschlusskonsultation + Kopf- oder Fussmassagen + Ganzkörper-Synchronmassagen + Thermo-Reis-Massagen + Intensivmassagen + Ölstrahl Kopfbehandlungen (Shirodhara) + Kräuterbäder, Blütenbad + Gesichtsbildung mit Tiefenreinigung + Maniküre, Handmassage mit Pflegepackung + Lymphstimulationsmassagen + Pediküre, Fussmassage mit Pflegepackung + Augenregenerationsbehandlung + Aroma-Kosmetikbehandlung + Klassische Ayurvedische Gesichtsbildung + Shanaz-Kosmetik-Behandlung + Jovees Gold Gesichts-, Hals- und Dekolleté-Behandlung + Bodypeelingpackung <p>Zur Entspannung und Bewegung empfehlen wir Ihnen zusätzlich Yoga, Tai Chi und Wassergymnastik.</p> <p>Insgesamt werden bei dieser 10-tägigen Kur, je nach Verordnung durch unseren Arzt, ca. 35 Anwendungen durchgeführt.</p>			<ul style="list-style-type: none"> + Ärztliche Anfangskonsultation + Wöchentliche Konsultationen + Abschlusskonsultation + Meditation & Yoga + Beachwalk + Täglich ayurvedische Heilmittel + Ernährungsberatung <p>Minimum-Behandlungsdauer 12 Tage <u>ca. 60 bzw. 90 Anwendungen</u></p> <ul style="list-style-type: none"> + Kopfmassagen + Gesichtsmassagen + Ganzkörper-Synchronmassagen + Ölstrahl Kopfbehandlungen (Shirodhara) + Thermo-Reis-Massagen + Intensivmassagen + Darmreinigung (Virechana) + Einläufe (Vasthis) bei Bedarf + Nasen-Stirnhöhlenreinigung (Nasya) + Augenbehandlungen + Kräuterinhalationen + Kräuter-Dampfbäder + Kräuterbäder + Blütenbad <p><u>Bei Bedarf gegen Aufpreis:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> + Spezialbehandlungen + Spezialmassagen <p>Zunächst werden Sie von unserem Arzt untersucht. Er wird dann die Behandlungen gemäss Ihrem Gesundheitszustand verordnen und mit Ihnen den Therapieplan besprechen. Zusammen mit unserer ayurvedischen Ernährung und den ayurvedischen Heilmitteln entgiften und vitalisieren Sie Ihren Körper. Damit fördert diese Kur Ihre Gesundheit, verschafft Ihnen neue Lebenskraft, belebt Ihre Abwehr- und Selbstheilungskräfte und erhält die Funktionsfähigkeit von Körper und Geist bis ins hohe Alter. Mit unserer Meditation, dem Yoga und den Bewegungstherapien steigern Sie zusätzlich den Wohlfühleffekt.</p> <p><u>„Dem Leben mehr Jahre – den Jahren mehr Leben“.</u></p>				



BEAUTY & VITAL 10 Tage			SCHLANK & GESUND 12 Tage		
	10 Tage	Zusatztag		12 Tage	Zusatztag
01.11.18 – 31.03.19	1.140,00 €	114,00 €	01.11.18 – 31.03.19	1.212,00 €	101,00 €
01.04.19 – 30.04.19	970,00 €	97,00 €	01.04.19 – 30.04.19	1.032,00 €	86,00 €
01.05.19 – 30.09.19	860,00 €	86,00 €	01.05.19 – 30.09.19	912,00 €	76,00 €
01.10.19 – 31.10.19	970,00 €	97,00 €	01.10.19 – 31.10.19	1.032,00 €	86,00 €
01.11.19 – 20.12.19	1.140,00 €	114,00 €	01.11.19 – 20.12.19	1.212,00 €	101,00 €
<p>In der alltäglichen Hektik geht oftmals das Gefühl der inneren Harmonie verloren. Es mangelt an körperlichem und geistigem Wohlbefinden. Diese Kur soll dazu dienen, Ihre Defizite auszugleichen. Die speziell zur Reduktion und Straffung des Gewebes entwickelten Behandlungen bieten Ihrem Körper und Ihrer Haut an, sich zu regenerieren, Alterserscheinungen entgegenzuwirken und sich von Ballast zu befreien. Die ayurvedischen Anwendungen auf der Grundlage des Panchakarma, die Heilmittel, die Ernährung sowie die Bewegungsvorschläge sind optimal aufeinander abgestimmt, so dass der grösstmögliche Erfolg für Sie erzielt werden kann.</p> <p><u>Diese Kur steht ganz im Zeichen des inneren und äusseren Wohlbefindens.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> + Ärztliche Anfangs-, Kontroll- und Abschlusskonsultationen + Kopf- und Fussmassagen + Ganzkörper-Synchronmassagen + Thermo-Reis-Massagen + Gesichtsmassagen + Kräuterbäder, Blütenbad + Ayurvedische Medizin + Gesichtsbildung mit Tiefenreinigung + Maniküre, Handmassage mit Pflegepackung + Lymphstimulationsmassagen + Pediküre, Fussmassage mit Pflegepackung + Augenregenerationsbehandlung + Aroma-Kosmetikbehandlung + Klassische Ayurvedische Gesichtsbildung + Shanaz- Kosmetik-Behandlung + Jovees Gold Gesicht-, Hals- und Dekolleté-Behandlung + Bodypeelingpackung <p>Zur Entspannung und Bewegung bieten wir Ihnen Yoga, Meditation, Tai Chi und Wassergymnastik an.</p> <p>Insgesamt werden bei dieser 10-tägigen Kur ca. 50 Anwendungen durchgeführt.</p>			<p><u>„Schlank werden und bleiben“</u></p> <p>Schlankheitswochen im Lanka Princess bedeuten bewusstes Geniessen ohne zu hungern. Das lästige Kalorienzählen ersetzen wir durch ein spezielles ayurvedisches Ernährungskonzept. Diese Kur, basierend auf dem Panchakarma, reinigt den Körper von Gift- und Schlackenstoffen, optimiert die Verdauung und stärkt die Organtätigkeit. Zur Fettverbrennung werden Ausdauerprogramme wie tägliche Strandläufe und Wassergymnastik angeboten. Tai Chi und Yoga sind die vollkommene Ergänzung. Den Abschluss Ihrer Schlankheitskur bildet eine Ernährungsberatung, die Sie motiviert, Ihre Ernährungsgewohnheiten dauerhaft umzustellen, so dass Sie fit und gesund bleiben.</p> <p><u>Es erwartet Sie ein spezielles ayurvedisches Behandlungsprogramm auf der Grundlage des Panchakarma zur inneren und äusseren Reinigung, Entschlackung und Entgiftung. Tanken Sie neue Energie für Ihr körperliches und geistiges Wohlbefinden.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> + Ärztliche Anfangs-, Kontroll- und Abschlusskonsultationen + Wellness-Fitness Check inklusive der Messung des Fettanteils + Tägliche gewichtreduzierende Ayurveda-Medizin auf Kräuterbasis + Akupunktur zur Reduzierung des Hungergefühls + Oleation (Ghee) + Nasen-Stirnhöhlenreinigung (Nasya) + Einläufe (Vasthi) + Ölstrahl-Kopfbehandlungen (Shirodhara) + Kopfmassagen + Gesichtsmassagen + Ganzkörper-Synchronmassagen + Intensivmassagen + Thermo-Reis-Massagen + Dampfbäder + Kräuterbäder, Blütenbad <p>Der Behandlungsplan wird durch den Arzt individuell abgestimmt. Insgesamt werden bei dieser 12-tägigen Kur ca. 50 Anwendungen durchgeführt.</p>		



SCHLAFEN & HEILEN 12 Tage			PARKINSON BEHANDLUNG 12 Tage		
	12 Tage	Zusatztag		12 Tage	Zusatztag
01.11.18 – 31.03.19	1.068,00 €	89,00 €	01.11.18 – 31.03.19	1.332,00 €	111,00 €
01.04.19 – 30.04.19	912,00 €	76,00 €	01.04.19 – 30.04.19	1.128,00 €	94,00 €
01.05.19 – 30.09.19	804,00 €	67,00 €	01.05.19 – 30.09.19	996,00 €	83,00 €
01.10.19 – 31.10.19	912,00 €	76,00 €	01.10.19 – 31.10.19	1.128,00 €	94,00 €
01.11.19 – 20.12.19	1.068,00 €	89,00 €	01.11.19 – 20.12.19	1.332,00 €	111,00 €
<p><u>Die harmonisierende Entspannung für Menschen, die an Einschlaf- und Durchschlafstörungen oder Tagesmüdigkeit leiden.</u></p> <p>Warme Ölstrirngüsse (Shirodhara), auf der Grundlage des Panchakarma, balancieren die rechte und linke Gehirnhälfte aus. Meditation und Atemübungen sowie Yoga bringen Ruhe und Ausgeglichenheit.</p> <p><u>Ideal zum Loslassen und Ruhe finden.</u></p> <ul style="list-style-type: none"> + Ärztliche Anfangs-, Kontroll- und Abschlusskonsultationen + Täglich Ayurveda-Medizin + Persönlichkeits-Check + Ölstrahl-Kopfbehandlungen (Shirodhara) + Kopfpaste (Shirovasti) + Einlauf (Vasthi) + Stirnhöhlenreinigung (Nasya) + Darmreinigung (Virechana) + Kopfmassagen + Gesichtsmassagen + Ganzkörper-Synchron-Massagen + Intensivmassagen + Fussmassagen + Kräuterbäder + Blütenbad <p>Wir empfehlen, weitere schlaffördernde Anwendungen wie z.B. Akupunktur zur Tiefenentspannung dazu zu buchen.</p> <p>Insgesamt werden bei dieser 12-tägigen Kur ca. 45 Anwendungen durchgeführt.</p>			<p><u>Eine unterstützende Kur bei neurologischen Erkrankungen.</u></p> <p>Ayurveda sieht die Problematik der neurologischen Erkrankungen im Ungleichgewicht des Vata-Dosha. Das Fortschreiten der meist degenerativen Erkrankung kann durch den Ausgleich des Vata-Dosha aufgehalten werden. Der Zustand des Patienten kann erhalten bzw. regeneriert werden.</p> <ul style="list-style-type: none"> + Ärztliche Konsultationen + Kopf- und Gesichtsmassagen + Ganzkörper-Synchronmassagen + Intensivmassagen + Ölstrahl Kopfbehandlungen (Shirodhara) + Kräutergüsse (Herbal Parisheka) + Nasen- und Stirnhöhlenreinigung (Nasya) + Spezielle Einläufe (Prasthutha Vasthi) + Weitere Spezialbehandlungen wie Uro Vasthi, Kati Vasthi etc. nach ärztlicher Verordnung <p>Eine Linderung der Beschwerden kann erzielt werden, wenn die Kur, auf der Grundlage des Panchakarma, zweimal im Jahr durchgeführt wird. Nach der Kur ist es wichtig, das neu gelernte Verhalten gemäss Ihrem persönlichen Konstitutionstyp (Dosha) umzusetzen, die ayurvedischen Medikamente zu Hause weiter einzunehmen sowie Ihren Tagesablauf regelmäßig zu gestalten.</p> <p>Durch die Integration von wiederkehrenden Massagen, Yoga und Meditation in die Tagesroutine, können Sie zur Linderung Ihrer Beschwerden beitragen.</p> <p>Insgesamt werden bei dieser 12-tägigen Kur, je nach Verordnung durch unseren Arzt, ca. 60 Anwendungen durchgeführt.</p>		



ANTISTRESS & BURNOUT 12 Tage			CELLULITE BEHANDLUNG 6 Tage / 10 Tage			
	12 Tage	Zusatztag	6 Tage	Zusatztag	10 Tage	Zusatztag
01.11.18 – 31.03.19	1.500,00 €	125,00 €	480,00 €	80,00 €	980,00 €	98,00 €
01.04.19 – 30.04.19	1.272,00 €	106,00 €	408,00 €	68,00 €	860,00 €	86,00 €
01.05.19 – 30.09.19	1.128,00 €	94,00 €	360,00 €	60,00 €	780,00 €	78,00 €
01.10.19 – 31.10.19	1.272,00 €	106,00 €	408,00 €	68,00 €	860,00 €	86,00 €
01.11.19 – 20.12.19	1.500,00 €	125,00 €	480,00 €	80,00 €	980,00 €	98,00 €
<p><u>Eine Erholungs- und Regenerierungskur pur.</u></p> <p>Charakteristische Merkmale des Burnout-Syndroms sind körperliche und emotionale Erschöpfung, anhaltende psychische und physische Antriebsschwäche, Schwächung des Immunsystems und Schlafstörungen.</p> <p>Im Rahmen der Kur können Sie erfahren, wie Sie Ihrem Dosha entsprechend leben und künftig Überforderungen vermeiden können, die zu erneutem Auftreten der psychosomatischen Symptome führen können. Die notwendige Distanz zur Ursache der Problematik ist schon durch den Aufenthalt in unserem Hotel gegeben.</p> <p>Die Besonderheiten dieser Kur sind die Spezialbehandlungen, auf der Grundlage des Panchakarma, die das Kurprogramm unterstützen und von den Ärzten auf Ihre Bedürfnisse abgestimmt werden.</p> <ul style="list-style-type: none"> + Ärztliche Konsultationen + Kopf- und Gesichtsmassagen + Ganzkörper-Synchronmassagen + Fussmassagen + Thermo-Reis-Massagen + Intensivmassagen + Ölstrahl Kopfbehandlungen wie Shirodara, Thakradara, Kwathadara oder Öldara + Heilende Kopfbehandlung + Kräuterbäder + Blütenbad + Tägliche Meditation <p>Bei uns im Haus haben Sie Zeit und Raum zum Ausruhen und Regenerieren. Die begleitenden Angebote wie Meditation, Yoga und Tai Chi unterstützen den Entspannungsprozess und Sie haben die Gelegenheit, diese auszuprobieren und zu Hause fortzuführen.</p> <p>Insgesamt werden bei dieser 12-tägigen Kur, je nach Verordnung durch unseren Arzt, ca. 70 Anwendungen durchgeführt.</p>			<p>Ayurveda definiert diese Veränderung des Hautbildes als Störung der Doshas und bietet effektive Behandlungsmöglichkeiten auf der Grundlage des Panchakarma. Vertrauen Sie auf eine absolut individuelle Behandlung.</p> <ul style="list-style-type: none"> + Ärztliche Konsultation + Ganzkörper-Synchronmassagen + Thermo-Reis-Massagen + Spezielle Cellulite Behandlungen + Akupunktur (10 tägige Kur) + Kräuterbäder + Blütenbad + Ayurvedische Medizin + Yoga, Thai Chi + Wassergymnastik + Bewegungsübungen <p>Der Erfolg nach einer Cellulite Behandlung spricht für sich. Die Umsetzung Ihres neu erlangten Wissens, erhält Ihnen langfristig das Erreichte.</p> <p>Insgesamt werden bei dieser 6- bzw. 10-tägigen Kur ca. 17 bzw. 40 Anwendungen durchgeführt.</p>			