



SOMA MANALTHEERAM & SOMATHEERAM Beach Resort

Fernab vom Massentourismus entstand in Südindien im Bundesstaat Kerala ein wahres Urlaubsparadies: fast menschenleerer, feinsandiger Strand vor endlos wirkenden Palmenreihen. So zeigt sich seit ewigen Zeiten die Küste Malabar, und so wurde sie hier bis heute belassen. Die beiden Schwester-Anlagen sind nur 10 Minuten voneinander entfernt und verfügen gesamt über ca. 100 Wohneinheiten. Pool und Restaurants können von den Gästen beider Anlagen genutzt werden.

MANALTHEERAM liegt auf einer kleinen Anhöhe, fast direkt am breiten weißen Sandstrand. SOMATHEERAM liegt oberhalb der Küste, am palmenbestandenen Hang mit tropischen Blüten und Pflanzen. Traumhafter Meerblick und die im Palmenhain verteilten Liegestühle und Hängematten sorgen für optimale Erholung. Beide Resorts bieten Ayurveda vom Feinsten und sind dabei Orte meditativer Ruhe und besinnlicher Muse.

UNTERKUNFT:

Traditionell gestylte, einfache Cottages und Keralahäuser heißen Sie willkommen in der warmen und entspannenden Atmosphäre dieser Ayurveda Erholungszentren. Bei den Unterkünften gibt es in MANALTHEERAM folgende Kategorien:

Standard Zimmer: preisgünstigste Unterkunft in kleinen Reihenhäuschen.

Garden Cottage: Einfach ausgestattete Bungalows in Rundbauform mit Gartenblick. Der Wohn-/Schlafraum ist ausgestattet mit Doppelbett, Moskitonetz, Ventilator, Telefon, Schreibtisch und Stühlen; Terrasse; Bad mit Dusche, WC.

Spezial Cottage: Ausstattung wie Garden Cottage, aber bessere Lage.

Keralahaus Standard: Größere Bungalows mit wesentlich geräumigerem Wohn/Schlafraum, besserer Ausstattung und einem großflächigen Badezimmer; hauseigene, möblierte Terrasse mit Liegen.

Keralahaus Deluxe: Ausstattung wie Kerala Standard, aber mit Klimaanlage.

Im SOMATHEERAM BEACH RESORT gibt es zusätzlich noch ein historisches Keralahaus mit 3 Wohneinheiten, von denen jede separat gemietet werden kann. 1 x Kerala Deluxe Suite mit separatem Wohnzimmer und 2 x Kerala Standard.

THERAPIE-ZENTRUM

Beide Resorts stehen unter Leitung des ehemaligen Ayurveda-Direktors der Landesregierung Keralas und haben je 30 Behandlungsräume. In Manaltheeram kümmern sich in etwa 10 Ärzte und 70 Therapeuten um Ihre Gesundheit, in Somatheeram sind es in etwa 12 Ärzte und 80 Therapeuten.

Damit ein auf Sie individuell zugeschnittener Behandlungs- und Speiseplan zusammengestellt werden kann, werden Ihre gesundheitlichen Probleme bzw. Ihre Erwartungen an die Kur anhand eines Fragebogens (deutsch-od. englisch) erfasst und eine eingehende Untersuchung durchgeführt. Auf Wunsch steht Ihnen hierbei ein **deutschsprachiger Übersetzer** hilfreich zur Seite. Täglich wird von den Ärzten die Effektivität der Kur beurteilt und die Anwendungen gegebenenfalls variiert.

AYURVEDA-BEHANDLUNGEN

Somatheeram/Manaltheeram sind seit 20 Jahren Pioniere auf dem Gebiet der Ayurveda-Kuraufenthalte. Sie haben bereits oftmals die begehrte Auszeichnung als **Best Ayurvedic Centre Kerala** gewonnen und sind mit dem **Green Leaf Award** zertifiziert. Die Qualität der Anwendungen ist hier überdurchschnittlich gut! Die ayurvedischen Öle und andere Produkte werden aus über 350 Heilpflanzen im eigenen „besten ayurvedischen Kräutergarten Indiens“ gefertigt, unter größter Sorgfalt und nach traditionellen Palmblatt-Rezepten.

So umfassend der Ansatz der ayurvedischen Heilmethode ist, so vielfältig ist hier das Angebot. Mehr als 30 verschiedene Behandlungen kommen dabei zur Anwendung. Auf der Basis der klassischen Panchakarma werden viele verschiedene Kur-Pakete angeboten, wie z.B:

VERJÜNGUNGSKUR, KÖRPERREINIGUNG, GEWICHTSREDUZIERUNG, KÖRPER-IMMUNISATION, STRESS- MANAGEMENT, SCHÖNHEITSPFLEGE, SCHUPPENFLECHTEN-BEHANDLUNG, RÜCKENKUR.

Yoga / Meditation: sind im Kurpreis enthalten und werden von sehr erfahrenen Lehrern geleitet.



Frühbucherpreise:	REJUVENATION / BODY PURIFICATION				SLIMMING - GEWICHTSREDUKTION			
	14 Nächte		21 Nächte		21 Nächte		28 Nächte	
2019 / 2020	inkl. Vollpension & Ayurveda		inkl. Vollpension & Ayurveda		inkl. Vollpension & Ayurveda		inkl. Vollpension & Ayurveda	
1.Okt.– 19.Dez. 19 1.– 31. März 19 / 20	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung
Standard Zimmer	2.261 €	1.762 €	3.222 €	2.511 €	3.317 €	2.653 €	4.190 €	3.352 €
Garden Cottage	2.394 €	1.862 €	3.411 €	2.653 €	3.601 €	2.748 €	4.549 €	3.471 €
Special Cottage	2.727 €	2.028 €	3.886 €	2.890 €	3.980 €	3.032 €	5.027 €	3.830 €
Kerala House	3.325 €	2.361 €	4.739 €	3.364 €	4.833 €	3.459 €	6.105 €	4.369 €
Kerala Deluxe	4.057 €	2.760 €	5.781 €	3.933 €	5.875 €	4.027 €	7.421 €	5.087 €
Somath.Kerala Suite	4.722 €	3.126 €	6.728 €	4.454 €	6.823 €	4.596 €	8.618 €	5.805 €
			5% Langzeit-Rabatt wurde abgezogen		5% Langzeit-Rabatt wurde abgezogen		10% Langzeit-Rabatt wurde abgezogen	
20.Dez. - 28.Feb.19 / 20	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung
Standard Zimmer	2.527 €	1.955 €	3.601 €	2.786 €	3.696 €	2.881 €	4.668 €	3.639 €
Garden Cottage	2.713 €	2.062 €	3.867 €	2.937 €	3.961 €	3.032 €	5.003 €	3.830 €
Special Cottage	3.112 €	2.281 €	4.435 €	3.250 €	4.530 €	3.345 €	5.722 €	4.225 €
Kerala House	3.764 €	2.640 €	5.364 €	3.762 €	5.458 €	3.857 €	6.895 €	4.872 €
Kerala Deluxe	4.628 €	3.126 €	6.596 €	4.454 €	6.690 €	4.549 €	8.451 €	5.746 €
Somath.Kerala Suite	5.440 €	3.578 €	7.752 €	5.099 €	7.846 €	5.193 €	9.911 €	6.560 €
			5% Langzeit-Rabatt wurde abgezogen		5% Langzeit-Rabatt wurde abgezogen		10% Langzeit-Rabatt wurde abgezogen	
1.– 30.April 19 / 20	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung
Standard Zimmer	1.922 €	1.498 €	2.883 €	2.247 €	2.968 €	2.374 €	3.957 €	3.165 €
Garden Cottage	2.035 €	1.583 €	3.052 €	2.374 €	3.222 €	2.459 €	4.296 €	3.278 €
Special Cottage	2.318 €	1.724 €	3.476 €	2.586 €	3.561 €	2.713 €	4.748 €	3.618 €
Kerala House	2.826 €	2.007 €	4.239 €	3.010 €	4.324 €	3.095 €	5.766 €	4.126 €
Kerala Deluxe	3.448 €	2.346 €	5.172 €	3.519 €	5.257 €	3.603 €	7.009 €	4.805 €
Somath.Kerala Suite	4.013 €	2.657 €	6.020 €	3.985 €	6.105 €	4.112 €	8.140 €	5.483 €
			5% Langzeit-Rabatt wurde abgezogen		5% Langzeit-Rabatt wurde abgezogen		10% Langzeit-Rabatt wurde abgezogen	
1.Mai - 30.Sep. 19 / 20	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung
Standard Zimmer	1.414 €	1.188 €	2.119 €	1.780 €	2.204 €	1.865 €	2.939 €	2.487 €
Garden Cottage	1.583 €	1.272 €	2.374 €	1.908 €	2.459 €	2.035 €	3.278 €	2.713 €
Special Cottage	1.809 €	1.414 €	2.713 €	2.119 €	2.798 €	2.204 €	3.731 €	2.939 €
Kerala House	2.205 €	1.611 €	3.307 €	2.417 €	3.392 €	2.544 €	4.522 €	3.392 €
Kerala Deluxe	2.487 €	1.780 €	3.731 €	2.670 €	3.815 €	2.798 €	5.087 €	3.731 €
Somath.Kerala Suite	2.826 €	1.979 €	4.240 €	2.968 €	4.324 €	3.052 €	5.766 €	4.070 €
	15% Sommer-Rabatt wurde abgezogen.							

Die Preise beinhalten:

- ❖ Transfer von/zum Flughafen TRIVANDRUM
- ❖ Übernachtungen & Ayurvedische Vollpension, Kurtaxen
- ❖ Tägl. ärztliche Untersuchungen, individueller Behandlungs- u. Speiseplan
- ❖ Tägliche ayurvedische Anwendungen; ayurvedische Medikamente
- ❖ Täglicher Yoga- und Meditationsunterricht
- ❖ Ayurvedischer Tee, Mineralwasser; Übersetzer-Service
- ❖ Sonderleistung ab 2 Wochen Kur : ½ Tag Bootsfahrt durch die Backwaters

(Viele weitere Kurpakete wie Stress Management, Anti-Ageing, Beauty Care auf Anfrage!)

Die Preise beinhalten NICHT:

- ❖ Flüge nach/ab Trivandrum (tagesaktuelle Preise auf Anfrage)
 - ❖ Ayurvedische Anwendungen, die Sie zusätzlich nehmen
 - ❖ Persönliche Ausgaben für Trinkgelder, Telefon, Taxis...
 - ❖ Zuschlag für Weihnachten: 60 € p.P. / Silvester: 90 €
 - ❖ 5% Zuschlag für spezielle Zimmerbestellungen / 20 € Klimaanlage pro Tag
- Diese Preise sind gültig bis 30.Sept. 2020**

RESORT-EINRICHTUNGEN:

Rezeption, Geldwechsel, Akzeptanz von Kreditkarten, Taxi-Service, Ayurveda-Shop, Souvenir-Shop, Beauty-Salon, Schneiderei, Wäsche-Service, Zimmerservice, Internet-Cafe, Yogahalle, Ausflugsservice mit Angeboten von Transfers in die Stadt, zum Strand von Kovalam (9 km) oder Hausboot-Touren.

Restaurant: Die Restaurants mit Meerblick servieren gute indische-, europäische- und chinesische Küche und natürlich speziell auf den Konstitutionstyp zugeschnittene vegetarische Ayurveda-Kost als reichhaltiges Buffet. Begleitpersonen können *a la carte* essen.

Unterhaltung / Freizeit: Spaziergänge und Badevergnügen am breiten Sandstrand; Pool (nur in Manaltheeram), Liegen, Sonnenschirme, Hängematten und Liegestühle stehen in der Anlage und an den Cottages bereit.

Zur Monsunzeit ist durch die manchmal hohen Brandungswellen das Schwimmen nicht immer oder nur für geübte Schwimmer möglich und man sollte besser den Swimming-Pool benützen - falls man auf Anraten der Ärzte nicht generell darauf verzichtet.

Tanz- und Musikveranstaltungen vermitteln einen Eindruck von Kultur Keralas. Regelmäßig Vorträge und Kochdemonstrationen zu Ayurveda und gesunder Lebensführung.

Lage: Süd-Indien, im Bundesstaat Kerala, am Arabischen Meer. Die 15 km Fahrt vom Flughafen Trivandrum dauert nur ca. 30-40 Minuten. Der beliebte Badeort Kovalam liegt ca. 9 km südlich.

FAZIT:

Entsprechend den hohen Auszeichnungen, gehören Manaltheeram & Somatheeram Beach Resort weltweit zu den besten Ayurveda-Resorts. Sie bestehen mit überdurchschnittlich guter Ayurveda! Absolut empfehlenswert für Kurgäste, die sich nicht nur erholen möchten, sondern Heilung bzw. Linderung von chronischen Erkrankungen suchen. Hier haben Sie die Gelegenheit zu einem guten Preis-Leistungs-Verhältnis in einfacher aber zweckmäßiger Unterkunft eine wirklich authentische Ayurveda-Kur am Strand zu machen.

