



KUREN VOM SPEZIALISTEN GECCO-TOURS



SÜD-INDIEN



AYURVEDA IM INDISCHEN REGENWALD?
Das ist möglich im Resort

DUKE'S FOREST LODGE

Das Partner-Resort von Nikkis Nest, liegt über 900m hoch inmitten der üppigen Natur des südindischen Regenwaldes, 48km vom Flughafen Trivandrum entfernt. In vorbildlich ökologischer Bauweise wurde die weitläufige Lodge 2002 erbaut, am Rande einer Kautschukplantage und den Ausläufern des Peppara Wildlife Naturschutzparks, am Ufer des kristallklaren Kallar Rivers.

Außer den hohen Gummibäumen gedeihen hier auch exotische Pflanzen und Schmetterlinge aller Art, Kakao- und Kaffeesträucher, Bananenstauden, Bambus, Gewürze und vieles mehr. Neben Ayurveda-Gästen verbringen hier auch Natur- und Trekking-Freunde, sowie Ruhesuchende ihre Ferien. Genießen Sie Ihre Ayurveda-Kur still und zurückgezogen im absoluten Einklang mit der Natur!

UNTERKUNFT

Die kleine, aber feine Anlage verfügt lediglich über 10 DZ-Wohneinheiten.

Die **Standard-Zimmer** sind in einem einzelnen und einem 4-er Cottage untergebracht.

Exklusiv wohnen Sie jedoch in einer **Pool Villas**, die auf Säulen errichtet wurden. Das geräumige Schlafzimmer im Obergeschoss verfügt über eine elegante, großteils hölzerne Einrichtung im Kerala-Stil, Ventilator, Telefon, Kaffee-/Teebereiter und Badezimmer mit allen modernen Annehmlichkeiten. Die dazu gehörende, hübsch möblierte Veranda bietet einen traumhaften Blick auf die umgebende, üppige Natur. Eine Wendeltreppe führt von der Veranda hinunter zum privaten Poolbereich mit Jacuzzi. Die hier angebrachten Bambus-Rollos bewahren ihre Privatsphäre. Auf eine Klimaanlage wurde hier bewusst verzichtet, da durch die Bauweise und Lage eine natürliche Ventilation angenehm temperiert.



THERAPIE-ZENTRUM:

Die Ayurveda-Kuren werden in Zusammenarbeit mit dem Ärzteteam von Nikkis Nest durchgeführt. In Abstimmung mit den dortigen Ärzten ist eine Kur-Kombination der beiden Häuser während des Aufenthaltes möglich, z. B. für die Abschlussbehandlungen. Dabei müssen Sie Ihre Therapie nicht unterbrechen, da beide Resorts per Computer miteinander verbunden sind und die Anwendungen reibungslos weitergeführt werden können.

Für die Durchführung der authentischen Ayurvedakuren steht in Duke's Forest Lodge ein freundliches, kompetentes Team von männlichen(2) und weiblichen(6) Therapeuten zur Verfügung. Die medizinische Leitung beider Resorts obliegt Dr. Sasidharan, einem älteren, sehr erfahrenen Ayurveda-Arzt mit langer Berufspraxis. Er hat auch schon viele Seminare und Konferenzen mit seinem reichen Wissen und fundierten Schriften bereichert. Ihm zur Seite stehen Dr. Praveen, der durch das Praktizieren in der Schweiz und über ein wenig deutsche Sprachkenntnisse verfügt, sowie eine weibliche Ayurveda-Ärztin.

Die Arztkonsultationen finden in englischer Sprache statt. Auf Wunsch kann ein deutschsprachiger Übersetzer angefordert werden - bitte bei Buchung anmelden.



AYURVEDA-BEHANDLUNGEN

Das Ayurveda-Grundprogramm sieht entweder eine **REVITALISIERUNGS-KUR** oder eine klassische **KÖRPERREINIGUNGS-KUR** (Panchakarma) vor. Kur-Schwerpunkte werden im Gespräch vor Ort festgelegt, wie Linderung von Gelenkschmerzen, Hautproblemen, Frauenleiden, Migräne, Stress, Übergewicht etc. Nach einer umfassenden Eingangs-Untersuchung wird ein individueller Behandlungs- und Speiseplan für jeden Gast ausgearbeitet. Die Kuren können jeweils für 7, 14, 21 oder 28 Tage gebucht werden.

Tipp: Kombinieren Sie die Kur lückenlos mit einem kombinierten Aufenthalt im Partner-Resort **NIKKI'S NEST!**

YOGA & MEDITATION: Yoga und Meditation werden täglich angeboten und sind Bestandteil jeder Kur.

DUKE'S FOREST LODGE €-KUR-PREISE pro Person:

REVITALISIERUNGS- & REINIGUNGS-KUR	7 Nächte		14 Nächte		21 Nächte		28 Nächte	
	inkl. Vollpension & Ayurveda		inkl. Vollpension & Ayurveda		inkl. Vollpension & Ayurveda		inkl. Vollpension & Ayurveda	
Mai / 1.Aug.- 30.Sep.19/20	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Standardzimmer <u>nicht</u> klimatisiert	392 €	609 €	728 €	1.131 €	1.120 €	1.740 €	1.436 €	2.232 €
Dlx. Pool Villa klimatisiert	546 €	784 €	1.014 €	1.456 €	1.560 €	2.240 €	2.001 €	2.873 €
1.Juni - 31.Juli 19/20 <small>KARKIDAKAN</small>	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Standardzimmer <u>nicht</u> klimatisiert	392 €	609 €	672 €	1.044 €	1.064 €	1.653 €	1.383 €	2.149 €
Dlx. Pool Villa klimatisiert	546 €	784 €	936 €	1.344 €	1.482 €	2.128 €	1.927 €	2.766 €
1. - 31. Oktober 2019/2020	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Standardzimmer <u>nicht</u> klimatisiert	613 €	833 €	1.138 €	1.547 €	1.750 €	2.380 €	2.244 €	3.052 €
Dlx. Pool Villa klimatisiert	767 €	1.008 €	1.424 €	1.872 €	2.190 €	2.880 €	2.809 €	3.694 €
1.Nov.19 - 31.März 2020	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Standardzimmer <u>nicht</u> klimatisiert	634 €	875 €	1.267 €	1.750 €	1.901 €	2.625 €	2.534 €	3.500 €
Dlx. Pool Villa klimatisiert	784 €	1.050 €	1.568 €	2.100 €	2.352 €	3.150 €	3.136 €	4.200 €
1. - 30. April 2020	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Standardzimmer <u>nicht</u> klimatisiert	613 €	833 €	1.138 €	1.547 €	1.750 €	2.380 €	2.244 €	3.052 €
Dlx. Pool Villa klimatisiert	767 €	1.008 €	1.424 €	1.872 €	2.190 €	2.880 €	2.809 €	3.694 €

5% Langzeitrabatt ab 28 Tage Kur und Gratistage ab 14 Tg. Kur im Sommer wurden bereits eingerechnet.

Die Preise beinhalten

- ❖ Transfer von/zum Flughafen TRVANDRUM
- ❖ Übernachtungen in der gebuchten Kategorie
- ❖ Ayurvedische Vollpension inkl. Tees
- ❖ Arztkonsultationen, ayurv. Medikamente
- ❖ Tägliche Ayurveda-Anwendungen
- ❖ Tägliche Yoga- und Meditationsstunden

Die Preise beinhalten NICHT:

- ❖ Ayurvedische Anwendungen, die Sie zusätzlich nehmen
- ❖ Meeresfrüchte- u. Fischgerichte; Erfrischungsgetränke
- ❖ Persönliche Ausgaben für Ausflüge, Telefon, Taxis, Drinks

Tipp: Kombinieren Sie Ihre Kur in Dukes mit Nikkis Nest

Die Häufigkeit und Auswahl der Behandlungen obliegt der Empfehlung des Arztes je nach Diagnose.

RESORT EINRICHTUNGEN & DIENSTLEISTUNGEN:

Rezeption mit Geldwechsel u. Ausflugsorganisation, Internet-Zugang, Safe, Wäscheservice, Restaurant (ayurvedisch und multicuisine), Swimming Pool mit Liegen, Sonnenschirmen, Bademöglichkeit im Kallar-Fluss.

Restaurant: Das großzügige, hübsch eingerichtete Restaurant in Form eines antiken Kerala-Hauses, bietet einen herrlichen Ausblick auf die prächtige Landschaft und den Fluss. Die vorzügliche Küche bereitet ayurvedisch-vegetarische, sowie wohlschmeckende südindische und internationale Gerichte. Gemüse und Früchte werden täglich frisch auf der weitläufigen Plantage geerntet.

Unterhaltung: Während der Hochsaison bietet das Resort auch hauseigene Kulturveranstaltungen mit Darbietungen klassischer indischer Musik und Tänzen.

Ausflüge: Das freundliche Service-Team ist gerne bei der Planung und Organisation der vielfältigen Ausflugsmöglichkeiten (*gegen Gebühr*) behilflich:

Shopping- und Sightseeing-Tour in Trivandrum; zum Strand des beliebten Touristenortes Kovalam oder zum Schwester-Resort **Nikkis Nest** an die Küste; eine Boots-Tour durch Lagunen der Backwaters; Ausflüge zu Teeplantagen; Wander- und Trekkingtouren; naturorientierte Ausflüge in Nationalparks; Elefantenritte; Wildwasser-Fahrten; Jeep Safari mit Zelt-Camp; Besuch bei Ureinwohnern Sehenswerte Ziele in der Umgebung sind u.a.: Bergstation *Ponmudi* (915m); *Peppara Wildlife Nationalpark* mit reicher Tier- und Pflanzenwelt; *Agasthyar Park* (1.890m), mit üppigem Wild- und Vogelbestand, seltenen Orchideen, Bonsai-Bäumen; *Bonakkad* mit sehenswerten Teeplantagen, Orchideen-Sammlungen und den Bono-Wasserfällen. *Neyyar Wildlife Naturschutzpark* mit Krokodil-Farm, Löwen-Safari-Park, Bootsfahrten auf dem Stausee, reiche Fischgründe, seltene Pflanzen, viele Heilpflanzen und schöne Wander- und Trekking-Pfade.

Lage: Süd-West-Indien, im Bundesstaat Kerala, 48km vom Flughafen Trivandrum, 50km/1Std. Fahrzeit vom beliebten Badeort Kovalam. Das Resort liegt zwischen Trivandrum und der Bergstation Ponmudi (18km). Der Transfer vom Flughafen (ca.60-80min.) bzw. von Nikkis Nest wird aufgrund der malerische Landschaft zum schönen Erlebnis!

Mit kurzen, heftigen Regenschauern müssen Sie ab und zu rechnen. Doch die gleich darauf folgende Sonne bringt die Natur umso üppiger zum Strahlen.

Fazit

Duke's Forest Lodge ist ein malerisch gelegenes Resort, mit familiärer Atmosphäre und angenehmem Service, mit einem sehr guten Preis-Leistungs-Verhältnis. Der ideale Ort für Naturfreunde und Stressgeplagte, die authentische Ayurveda im Einklang mit der Natur und in absoluter Ruhe und Harmonie genießen möchten.

Empfehlenswert auch in Kombination mit einer Kur im Schwester-Resort Nikkis Nest, da der Aufenthalt nahtlos verknüpft werden kann. Nicht geeignet für chronisch kranke Kurgäste, da die Ärzte nicht immer anwesend sind.

