



HERITANCE MAHA GEDARA

Mit der Eröffnung im Juni 2011 erschuf die renommierte Aitken Spence Hotelkette aus dem ehemaligen Neptun Hotel ein modernes 4*Ayurveda Resort mit komfortablem und entspanntem Ambiente, direkt am Strand von Beruwela. Die einzigartige Lage und gehobene Ausstattung, kombiniert mit ernsthafter Ayurveda und der Gastfreundlichkeit Sri Lankas macht diese Anlage zu etwas ganz Besonderem! Das Resort beherbergt nur Ayurveda-Gäste und deren Begleitung.

UNTERKUNFT:

Die rund 64 Zimmer in komfortabler Größe und angenehmer Einrichtung haben entweder Balkon oder Terrasse, sowie seitlichen oder direkten Blick zum Indischen Ozean. Sie verteilen sich inmitten der grünen Gartenlage auf das Hauptgebäude und die Seitenflügel. Einzelzimmer sind Doppelzimmer zur Alleinbenutzung. Zur Standardausstattung gehören eine individuell einstellbare Klimaanlage, Deckenventilator, Safe, Föhn, Bademantel, Telefon. In Suiten und Deluxe Eck-Zimmern gibt es auch eine Minibar (auf Anfrage) und Fernseher.

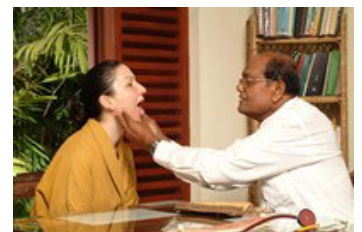
16 **Standard-Zimmer** (~29 qm) im Hauptgebäude 1.Etage mit Balkon.

36 **Deluxe-Zimmer** (~41qm) im Erdgeschoss, 1./2. Etage mit größerem Balkon. Beide Kategorien sind als Doppel- oder Zweibettzimmer verfügbar.

05 **Deluxe Eck-Zimmer** (~79 qm) befinden sich an der Meerblick-Frontseite der Seitengebäude und haben dadurch große Balkone mit toller Dreifach-Aussicht.

Lage: Erdgeschoss od. Obergeschoss (*gegen Aufpreis*). Die Betten haben Übergröße.

07 **Suiten** (~61qm) in der 2.Etage. Sie sind sehr großzügig geschnitten und verfügen über einen separaten Wohnbereich und zwei kleine Balkone.



THERAPIEZENTRUM

Das Ayurveda-Center umfasst 24 komfortable Behandlungsräume, 4 Konsultationszimmer, eine ayurvedische Apotheke und eine Yoga-Halle.

Unter Aufsicht des Chefarztes und Universitätsprofessors Dr. R.M.P. Ranwala werden die authentischen Kuren von gut ausgebildetem Fachpersonal durchgeführt. Ihm zur Seite stehen noch weitere Fachärzte (M/W), die sich beruflich u.a. auch mit Hypnose, Psychoanalyse und Akkupunktur befassen. Ein Arzt befindet sich auf Abruf immer in der Anlage. Nach einer umfassenden Eingangsuntersuchung wird der persönliche Dosha-Typ des Kurgastes bestimmt, auf den die Ernährungsempfehlung und der Behandlungsplan individuell angepasst werden. Sie erhalten zur Einstimmung und Entspannung ein "Pada Avagahanaya", ein Fußbad in Öl mit Massage.

AYURVEDA-BEHANDLUNGEN

Der Kurverlauf wird täglich überprüft und ggf. der Behandlungsplan angepasst. Die verwendeten Öle und die ayurvedische Medizin sind zu 100% pflanzlich. Im Zuge der "Ayubowan" Ayurvedakur (Panchakarma) können Sie selbst Ihren Schwerpunkt wählen: **Verjüngung & Entspannung, Stress-Management, Gewichtsregulierung** (ca. 4 bis 5 Behandlungen pro Tag).

Alternativ zur Intensivkur gibt es die **Relaxing Holiday Kur** (nur im Sommer), die der Entspannung und dem Wohlbefinden dient. Diese Light-Kur enthält keine ayurvedischen Medikamente und auch das Essen ist frei wählbar. Da im Resort keine Urlaubsgäste beherbergt werden, eignet sich diese Kurart auch gut für die Begleitung eines Kurgastes (2 leichte Behandlungen pro Tag).

YOGA- / MEDITATION runden das Kurprogramm ab und sind entsprechend der Ayurveda Lebensphilosophie natürlich im Preis enthalten.

Der Yoga-Unterricht in der Gruppe findet jeden Morgen statt und 4 x pro Woche am Nachmittag (ca. 11 Sitzungen pro Woche). Es werden manchmal auch Spezial Yoga Programme veranstaltet u.a. mit einem Yoga Guru, der eigens dafür aus dem Himalaya-Gebiet geholt wird.



INTENSIV-KUR	7 Nächte		14 Nächte		21 Nächte		28 Nächte	
	inkl. VP, Ayurveda, Transfers		inkl. VP, Ayurveda, Transfers		inkl. VP, Ayurveda, Transfers		inkl. VP, Ayurveda, Transfers	
			Langzeitrabatt:		abzgl. 5% sind eingerechnet		abzgl. 10% sind eingerechnet	
01.05. - 31.10.2019	DZ	EZ	DZ	EZ	DZ	EZ	DZ	EZ
Classic Zimmer	741 €	928 €	1.302 €	1.588 €	1.975 €	2.380 €	2.649 €	3.172 €
Deluxe Zimmer	820 €	1.086 €	1.447 €	1.878 €	2.200 €	2.829 €	2.952 €	3.779 €
Corner Lux. Erdgeschoss	939 €	1.324 €	1.665 €	2.314 €	2.536 €	3.502 €	3.408 €	4.690 €
Corner Lux. Obergeschoss	979 €	1.403 €	1.738 €	2.459 €	2.649 €	3.726 €	3.559 €	4.994 €
Suiten	979 €	1.403 €	1.738 €	2.459 €	2.649 €	3.726 €	3.559 €	4.994 €
01.08. - 31.10.2019	DZ	EZ	DZ	EZ	DZ	EZ	DZ	EZ
Classic Zimmer	853 €	1.060 €	1.639 €	1.984 €	2.306 €	2.769 €	2.895 €	3.462 €
Deluxe Zimmer	946 €	1.245 €	1.824 €	2.354 €	2.570 €	3.296 €	3.228 €	4.128 €
Corner Lux. Erdgeschoss	1.084 €	1.522 €	2.101 €	2.908 €	2.965 €	4.086 €	3.727 €	5.126 €
Corner Lux. Obergeschoss	1.131 €	1.614 €	2.193 €	3.093 €	3.096 €	4.349 €	3.893 €	5.458 €
Suiten	1.131 €	1.614 €	2.193 €	3.093 €	3.096 €	4.349 €	3.893 €	5.458 €
01.11. - 20.12.2019	DZ	EZ	DZ	EZ	DZ	EZ	DZ	EZ
Classic Zimmer	1.077 €	1.415 €	2.089 €	2.700 €	2.950 €	3.793 €	3.709 €	4.757 €
Deluxe Zimmer	1.157 €	1.575 €	2.249 €	3.020 €	3.177 €	4.248 €	3.996 €	5.331 €
Suiten	1.380 €	2.020 €	2.694 €	3.910 €	3.812 €	5.517 €	4.798 €	6.934 €
Corner Lux. Erdgeschoss	1.380 €	2.020 €	2.694 €	3.910 €	3.812 €	5.517 €	4.798 €	6.934 €
Corner Lux. Obergeschoss	1.434 €	2.129 €	2.803 €	4.128 €	3.967 €	5.828 €	4.994 €	7.327 €
21.12. - 10.01.2020	DZ	EZ	DZ	EZ	DZ	EZ	DZ	EZ
Classic Zimmer	1.296 €	1.692 €	2.526 €	3.255 €	3.572 €	4.583 €	4.495 €	5.755 €
Deluxe Zimmer	1.401 €	1.902 €	2.736 €	3.675 €	3.871 €	5.181 €	4.873 €	6.511 €
Suiten	1.661 €	2.423 €	3.257 €	4.716 €	4.614 €	6.666 €	5.811 €	8.386 €
Corner Lux. Erdgeschoss	1.661 €	2.423 €	3.257 €	4.716 €	4.614 €	6.666 €	5.811 €	8.386 €
Corner Lux. Obergeschoss	1.745 €	2.591 €	3.425 €	5.052 €	4.853 €	7.144 €	6.113 €	8.990 €
11.01. - 31.03.2020	DZ	EZ	DZ	EZ	DZ	EZ	DZ	EZ
Classic Zimmer	1.203 €	1.575 €	2.341 €	3.020 €	3.309 €	4.248 €	4.163 €	5.331 €
Deluxe Zimmer	1.300 €	1.768 €	2.535 €	3.406 €	3.584 €	4.798 €	4.510 €	6.027 €
Suiten	1.548 €	2.264 €	3.030 €	4.397 €	4.290 €	6.211 €	5.402 €	7.811 €
Corner Lux. Erdgeschoss	1.548 €	2.264 €	3.030 €	4.397 €	4.290 €	6.211 €	5.402 €	7.811 €
Corner Lux. Obergeschoss	1.619 €	2.406 €	3.173 €	4.683 €	4.494 €	6.618 €	5.659 €	8.325 €

Die Preise beinhalten

- ❖ Assistenz und Auto-Transfers vom/zum Flughafen COLOMBO
- ❖ Unterbringung in der Kategorie Ihrer Wahl
- ❖ Tägliche Yoga und Meditationsstunden (11 x pro Woche)
- ❖ Tägl. 4 - 5 Ayurveda-Behandlungen
- ❖ Arztkonsultationen und Ernährungsempfehlungen
- ❖ Ayurvedische Vollpension; Kräuter-Tees
- ❖ Kurbegleitende ayurvedische Medikamente (falls benötigt)

Die Preise beinhalten NICHT:

- ❖ Ihre Flüge nach / von Sri Lanka; Flughafensteuern
- ❖ Spezial-Behandlungen, die Sie zusätzlich nehmen
- ❖ Ausflüge, die Sie selbst vor Ort machen
- ❖ Persönliche Ausgaben für Telefon, Taxis...

* abzgl. **5% Frühbucher-Rabatt** bei Buchung 90 Tage vor Abflug

* abzgl. **5% Wiederholer-Rabatt** ab der 3./4. Wiederkehr

* abzgl. **7,5% Wiederholer-Rabatt** ab der 5. Wiederkehr

Die Rabatte sind untereinander nicht kombinierbar, nur Frühbucher gilt immer!

RESORT EINRICHTUNGEN & DIENSTLEISTUNGEN

Rezeption mit Internet und E-Mail-Service, Geldwechsel und Ausflugs-Service; Wäscheservice, Bibliothek (auch deutschspr. Bücher), Fernsehzimmer, Fitnessraum; Boutique mit Souvenirs und traditioneller Herstellung von einheimischem Kunsthandwerk.

Restaurant: Als Kurgast genießen Sie im offenen Restaurant mit Blick über Pool und Garten schmackhafte, gesunde Mahlzeiten, die entsprechend Ihrem Ernährungsplan zubereitet werden.

Unterhaltung/Sport/Ausflüge: Der weitläufige Garten lädt mit Pool, Ruhezonen und Sitzcken zum Entspannen ein. Damit die Kur nicht eintönig wird, ist auch für Unterhaltung gesorgt: Einmal wöchentlich haben Sie bei einer Vorführung Gelegenheit, den Ayurveda-Köchen über die Schulter zu schauen und Anregungen für den Alltag mitzunehmen. Fachreferenten oder die Ärzte informieren bei den wöchentlichen Vorträgen über die Wissenschaft der ayurvedischen Lehre.

Mehrmals wöchentlich gibt es ein abwechslungsreiches Abendprogramm u.a. mit traditionellen Tänzen und Musik. Innerhalb des Hotelbereichs ist täglich etwas los im Kunsthandwerkszentrum. Sie können die Handwerker beobachten oder selbst tätig werden!

Lage: Das Heritance Maha Gedara liegt in Moragalla/Beruwela, an der Südwestküste Sri Lankas, am kilometerlangen Strand von Beruwela. Zum Flughafen Colombo sind es rund 90 km (ca. 2 - 2,5 Std. Fahrzeit), zur Colombo City rund 60 km (ca. 1,5 Std.). Nach Beruwela sind es etwa 3km (5 Min. Fahrt).

**FAZIT:**

Das HERITANCE MAHA GEDARA bietet Erholung und Regeneration in einer komfortablen, aber auch behaglichen Umgebung. Die authentische, ernsthafte Ayurveda, die einzigartige Lage am Meer und die liebevolle Gastfreundschaft machen diese Anlage zu einem Tipp für Ayurvedagäste, die eine moderne, gehobene Ausstattung schätzen, und diese den Resorts im traditionellen Baustil vorziehen.