



ROCKHOLM AT THE LIGHT HOUSE BEACH

Das Ayurveda- und Yoga-Hotel liegt - wie der Name schon sagt - direkt am sogenannten „Leuchtturm-Strand“, in der Nähe des Küstenorts Kovalam, an dem sich die drei berühmten Strände Lighthouse, Hawah und Samudra Beach befinden. Das **ROCKHOLM**, beheimatet in einem neu sanierten und modernisierten Gebäude der 80er Jahre, bietet von dort einen einzigartigen Ausblick auf das Arabische Meer.

UNTERKUNFT:

Die weiße Villa wurde im zeitlosen und großzügigen Stil der 80er Jahre mit Panorama-Glasfronten erbaut. Zur Zimmerausstattung gehören: Deckenventilator, Klima-Anlage (abschaltbar!), Mini-Kühlschrank, Safe, Flat-Screen TV, Telefon, Tee- und Kaffeemaschine, Bademäntel, Badeschuhe, Föhn, Mosquito-Netz. Alle Zimmer sind mit dem Fahrstuhl erreichbar. Es stehen 25 moderne, renovierte Hotelzimmer und Suiten mit Meerblick zur Verfügung:

Deluxe Beach View (4): Wie in allen Zimmern haben sie hier den Meerblick und Blick auf den Leuchtturm, sowie den Strand. Das Zimmer verfügt über einen privaten Balkon. (ca. 37qm)

Superior Ocean View (10): In den etwas größeren Superior Zimmer (ca. 41qm) kommt das Artdeco-Design in Verbindung mit dem traditionellen Kunsthandwerk noch stärker zum Ausdruck, vor allem in den hochwertigen Möbeln.

Premium Ocean View (8): Mit großen Panoramafenstern vom Boden bis zur Decke offeriert Ihnen diese Zimmerkategorie (ca. 41qm) ein atemberaubendes 180 Grad Panorama über die Arabische See. Die Zimmer sind ebenfalls sehr hochwertig mit Stilakzenten des Artdeco ausgestattet.

Ocean View Luxury Suite (2) Die großzügigen Suiten (ca. 60qm) liegen im EG, verfügen deshalb über einen privaten Garten mit Terrasse. Die Suiten sind luxuriös mit kunsthandwerklichen Elementen und Details ausgestattet und verfügen im Vergleich zu den anderen Kategorien über ein größeres Bad.

Penthouse – Ocean View (1): Vom Penthaus aus haben sie einen direkten Zugang zur Yogaplattform und einen eigenen großen Balkon mit phantastischem Panoramablick. Zudem verfügt die Suite (ca. 92qm) über ein großzügig gestaltetes Wohnzimmer und separiertes Schlafzimmer mit geräumigem Bad. Vom Lounge-Bereich der Suite erhält man hinter der Panoramafont einen einzigartigen Blick auf das arabische Meer und Kovalams Leuchtturm.

THERAPIE-ZENTRUM:

Im Moment verfügt die Anlage über 3 Behandlungsräume, so dass bis zu 15 Kurgäste pro Tag betreut werden können, mit 2 Behandlungszyklen pro Tag. Das Team aus Ärzten und Therapeuten handelt auf demselben hohen Niveau, wie in der bekannten Mutteranlage, dem Nattika Beach Resort, aus dem ein Teil des Personals stammt. Jede Kur wird individuell an den Gast angepasst.

AYURVEDA-BEHANDLUNGEN:

Das Ayurveda-Grundprogramm sieht im Rockholm eine klassische Panchakarma-Kur vor. Die Schwerpunkte der Kur werden im Gespräch mit dem Arzt vor Ort festgelegt, wie Linderung von Gelenkschmerzen, Hautproblemen, Frauenleiden, Migräne, Stress, Übergewicht etc. Von der Eingangsdiaagnose, bis hin zur Abschlussuntersuchung wird die Kur sorgfältig und gewissenhaft durchgeführt. Die Behandlungsabläufe und der Speiseplan werden individuell abgestimmt, nach Festlegung Ihres Konstitutions-Typs.



Yoga/Meditation: Ein Schwerpunkt der Anlage liegt auf **Yoga und Meditation**. Es stehen **zwei Yogaplattformen** auf der Dachterrasse oder im Garten zur Verfügung, so dass auch Yoga-Gruppen ihre eigenen Stunden abhalten können. Täglich werden morgens und abends Meditation, sowie vormittags und nachmittags unterschiedliche Yogastunden für Anfänger und Fortgeschrittene durchgeführt (sonntags keine abendliche Stunde). (Preis für personalisierte Yoga-Kurse und Yoga-Kurpaket auf Anfrage).



ROCKHOLM AT THE LIGHT HOUSE BEACH €-Kurpreise pro Pers.:

REJUVENATION / PANCHAKARMA	7 Nächte		14 Nächte		21 Nächte		28 Nächte	
	inkl. Vollpension & Ayurvedakur		inkl. Vollpension & Ayurvedakur		inkl. Vollpension & Ayurvedakur		inkl. Vollpension & Ayurvedakur	
1.Apr. - 30.Sep. 2022	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Deluxe Beach View	718 €	917 €	1.435 €	1.834 €	2.153 €	2.751 €	2.870 €	3.668 €
Superior Ocean View	805 €	1.099 €	1.610 €	2.198 €	2.415 €	3.297 €	3.220 €	4.396 €
Premium Ocean View	896 €	1.281 €	1.792 €	2.562 €	2.688 €	3.843 €	3.584 €	5.124 €
Ocean View Lux. Suite	1.103 €	1.694 €	2.205 €	3.388 €	3.308 €	5.082 €	4.410 €	6.776 €
Pent House - Ocean View	1.281 €	2.058 €	2.562 €	4.116 €	3.843 €	6.174 €	5.124 €	8.232 €
1.Okt. - 19.Dez. 2022 1.Feb. - 31.März 2023	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Deluxe Beach View	875 €	1.239 €	1.750 €	2.478 €	2.625 €	3.717 €	3.500 €	4.956 €
Superior Ocean View	966 €	1.421 €	1.932 €	2.842 €	2.898 €	4.263 €	3.864 €	5.684 €
Premium Ocean View	1.057 €	1.603 €	2.114 €	3.206 €	3.171 €	4.809 €	4.228 €	6.412 €
Ocean View Lux. Suite	1.239 €	1.967 €	2.478 €	3.934 €	3.717 €	5.901 €	4.956 €	7.868 €
Pent House - Ocean View	1.376 €	2.240 €	2.751 €	4.480 €	4.127 €	6.720 €	5.502 €	8.960 €
20.Dez. - 31.Jan. 2023	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Deluxe Beach View	966 €	1.421 €	1.932 €	2.842 €	2.898 €	4.263 €	3.864 €	5.684 €
Superior Ocean View	1.057 €	1.603 €	2.114 €	3.206 €	3.171 €	4.809 €	4.228 €	6.412 €
Premium Ocean View	1.148 €	1.785 €	2.296 €	3.570 €	3.444 €	5.355 €	4.592 €	7.140 €
Ocean View Lux. Suite	1.285 €	2.058 €	2.569 €	4.116 €	3.854 €	6.174 €	5.138 €	8.232 €
Pent House - Ocean View	1.512 €	2.422 €	3.024 €	4.844 €	4.536 €	7.266 €	6.048 €	9.688 €

Es handelt sich hierbei um offizielle Listenpreise, die alle Anbieter veröffentlichen müssen.

Die Preise beinhalten

- ❖ Transfer von/zum Flughafen TRIVANDRUM
- ❖ Übernachtungen in der gebuchten Kategorie
- ❖ Ayurvedische Vollpension; Tees, Mineralwasser
- ❖ Eingangsdiaagnose; Tägl. Arztkonsultationen
- ❖ Tägl. 2-3 Ayurveda-Anwendungen, ca. 1Std45Min
- ❖ Tägl. Yoga; kurbegleitende ayurv. Medikamente

Die Preise beinhalten NICHT:

- ❖ Ihre Flüge (tagesaktueller Preis auf Anfrage)
- ❖ Ayurvedische Anwendungen, die Sie zusätzlich nehmen
- ❖ Ausflüge, die Sie selbst vor Ort machen
- ❖ Persönliche Ausgaben für Telefon, Taxis, Drinks

SOMMER-ANGEBOT: 1.Mai - 30.Sep.: 7 = 6 / 14 = 12 / 21 = 18 / 28 = 14 (bitte Angebot erfragen)
WIEDERHOLER-BONUS: 3% Rabatt ab dem 2.Besuch; 4% ab der 5. Buchung

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

RESORT-EINRICHTUNGEN:

Rezeption mit Geldwechsel, Kreditkartenakzeptanz und Ausflugsorganisation, Fahrstuhl, Taxi-Service; Computer mit Internetzugang und WLAN stehen zur Verfügung; kleine Bibliothek, Zimmer- u. Wäscheservice, Restaurant, Safe; Pool und Liegewiese, direkter Zugang zur Strandbucht; zwei Yoga-Plattformen.



Restaurant: Das Restaurant mit Meerblick bietet saisonale frische und lokale Kost, die individuell vom Küchenchef auf jeden Kurgast abgestimmt ist. Ayurvedagäste erhalten auf den Konstitutionstyp abgestimmte, ayurvedische Vollpension.

Unterhaltung / Ausflüge: Neben dem vielfältigen Angebot aus Yoga und Meditation laden der Pool und die kleine Strandbucht zum entspannen und genießen ein. Das Baden im Meer kann allerdings durch die starke Brandung beeinträchtigt bzw. untersagt sein. Ausflüge in die nähere Umgebung, z.B. in den belebten Küstenort Kovalam sind vor Ort an der Rezeption buchbar.



Lage: Das Rockholm at the Lighthouse Beach liegt in etwa 17 km südlich vom Flughafen Trivandrum (ca.40min) und in etwa 20 km Entfernung von Keralas Hauptstadt Trivandrum, direkt am Meer und in kurzer Distanz zum Küstenort Kovalam.

FAZIT:

Das Rockholm at the Lighthouse Beach eignet sich hervorragend für Gäste, die eine authentische Ayurvedakur bzw. einen hohen Anspruch an Yoga und Meditation stellen und ihren Aufenthalt an einem der schönsten Küstenabschnitte Keralas verbringen möchten, verbunden mit den Annehmlichkeiten einer sehr gepflegten und exklusiven Anlage. Durch die limitierte Anzahl an Zimmern ist eine sehr individuelle Behandlung jedes Kurgastes gut möglich. Besonders geeignet ist diese Anlage auch für Gäste die ein Hotel dem klassischen Ayurveda-Resort vorziehen.