



CARNOUSTIE AYURVEDA & WELLNESS RESORT

Das Luxusresort liegt in Südindien am Marari Beach, einem der schönsten Strände Keralas. „Ein Stück vom Paradies“ in *God's Own Country*, wie Kerala gerne genannt wird.

Fern des stressigen Alltags finden Sie hier die nötige Ruhe, ein herrliches Ambiente und fundierte Kurbehandlungen.

UNTERKUNFT:

In einem angenehmen Mix aus Tradition und Moderne gestaltet, verteilen sich die Cottages im elf Hektar großen, tropischen Garten, der direkt ans Meer angrenzt. Die für Kerala typischen Palmblattdächer der Villas verbinden sich perfekt mit der modernen Architektur, auch dank der edlen Naturbaustoffe wie Holz, Rattan und Bambus.

Große Badezimmer mit Regenschauerdusche, Föhn, Bademäntel und Yoga-Anzügen bieten Top-Komfort. Klimaanlage, Minibar, Safe, Telefon, Wi-Fi, LCD-Sat-TV, Musikanlage mit Ladestation, sowie Kaffee-/Teezubereiter sind Standardausstattung.

Zur luxuriösen Ausstattung der Pool-Villas gehören kleine Privatpools auf der Terrasse mit Sonnenliegen. EZ sind DZ zur Alleinbenutzung. Da man hier sehr auf Nachhaltigkeit achtet, werden Strom- und Wasserverbrauch durch umweltfreundliche Technologien gesteuert.

Die (14) **AKUND VILLAS** (ca. 102m²) liegen eingebettet in der herrlichen Gartenanlage. Sie bieten u.a. ein hübsches Wasserbecken auf der Terrasse.

Die (10) **MALLIKA Pool-Villas** (ca. 95m²) sind zusätzlich mit einem eigenen kleinen Pool ausgestattet und bieten alle exklusiven Annehmlichkeiten.

Die (3) **ZUKRA Pool-Villas** (ca. 112m²) haben innen zusätzlich noch eine im Boden eingelassene Badewanne und ein noch großzügigeres Badezimmer.

Die (3) **SEMANTHA Pool-Villas** (ca. 164m²) bieten bei selber Ausstattung noch viel mehr Platz für den ultimativen Luxusaufenthalt.

Die (2) **PUNAG Pool-Villas** (ca. 236m²) trumpfen neben der außerordentlichen Größe auch noch mit einem eigenen Jacuzzi auf.



THERAPIEZENTRUM:

Das Ayurvedazentrum des Carnoustie wurde bereits mehrfach ausgezeichnet als „THE BEST AYURVEDA SPA & WELLNESS RESORT“. Fünf erfahrene Ärzte mit verschiedenen Fachgebieten kümmern sich hier um die Gäste.

Sie bestimmen Ihren Konstitutionstyp und erstellen einen individuellen Kur- und Ernährungsplan. In den exquisiten, wasserumspülten Behandlungsräumen sorgen qualifizierte Therapeuten für Ihr Wohlbefinden. Das luxuriöse Spa bietet neben traditionellen Ayurveda Behandlungen auch Wellness, Hydrotherapie, Akupunktur, Aromatherapie, Thai-, Fußreflexzonen- und klassische Massagen an. Bei Buchung in den Luxus-Kategorien ZUKRA, SEMANTA, PUNAG finden die Behandlungen in separaten Spa-Villas statt, anstatt im Spa-Center.



AYURVEDA-BEHANDLUNGEN:

Im Carnoustie werden verschiedene Kurpakete angeboten. Am wichtigsten sind dabei die **Verjüngungskur (Rejuvenation)** mit dem Ziel der Harmonisierung von Körper, Geist und Seele und die **Reinigungskur (Body Purification/Detox)**. Mit intensiven Behandlungen werden ins Ungleichgewicht geratene Doshas wieder in ihre natürliche Balance gebracht, Giftstoffe werden aus dem Körper ausgeschieden. Für spezielle Ansprüche gibt es noch die Kuren zur **Gewichtsreduktion**, zum **Stress-Abbau**, sowie eine **intensive Anti-Ageing Kur**, in der noch mehr Behandlungen enthalten sind und **Sport-Reha**. Auch **Marma-** und **Prana-Heilmethoden** werden praktiziert. Die Kurpakete werden teilweise ergänzt durch weitere Methoden der Naturmedizin, wie Hydrotherapie, Aromatherapie, Kräuterbehandlungen und bei Bedarf auch Akupunktur.

YOGA/MEDITATION: wird zu allen Programmen 2 x täglich angeboten. (Hatha Yoga & Asthanga Yoga). Mit sanften Übungen entspannen und kräftigen Sie während der Kur Ihren Körper.

Bei Buchungen in einer der 3 Luxuskategorien sind **personalisierte, private** Yoga-Stunden inkludiert.

CARNOUSTIE €-KUR-PREISE pro Person:

2024 - 2025	REJUVENATION / DETOX / GEWICHTSREDUKTION / STRESS MANAGEMENT / DIABETES MANAGEMENT						INTENSIVKUR ANTI AGEING			
	7 Nächte Kur		14 Nächte Kur		21 Nächte Kur		14 Nächte Kur		21 Nächte Kur	
	inkl. Vollpension & Transfers		inkl. Vollpension & Transfers		inkl. Vollpension & Transfers		inkl. Vollpension & Transfers		inkl. Vollpension & Transfers	
01.Apr. - 30.Sep. 24	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung
AKUND VILLA	2.883 €	1.725 €	5.477 €	3.277 €	7.783 €	4.657 €	6.025 €	3.605 €	8.561 €	5.123 €
MALLIKA Pool Villa	3.497 €	2.032 €	6.644 €	3.861 €	9.442 €	5.486 €	7.308 €	4.247 €	10.386 €	6.035 €
*ZUKRA Pool Villa	4.206 €	2.386 €	7.991 €	4.534 €	11.355 €	6.443 €	8.790 €	4.988 €	12.491 €	7.088 €
*SEMANTA Pool Villa	4.915 €	2.741 €	8.365 €	5.207 €	13.269 €	7.400 €	10.271 €	5.728 €	14.596 €	8.140 €
*PUNAG Pool Villa	6.805 €	3.686 €	12.929 €	7.003 €	18.373 €	9.952 €	14.222 €	7.703 €	20.210 €	10.947 €
01.Okt. - 31.März 25	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung
AKUND VILLA	3.920 €	2.391 €	7.449 €	4.542 €	10.585 €	6.454 €	8.194 €	4.996 €	11.644 €	7.100 €
MALLIKA Pool Villa	4.972 €	2.916 €	9.447 €	5.541 €	13.425 €	7.874 €	10.392 €	6.095 €	14.768 €	8.662 €
*ZUKRA Pool Villa	5.546 €	3.203 €	10.538 €	6.086 €	14.974 €	8.649 €	11.591 €	6.695 €	16.472 €	9.514 €
*SEMANTA Pool Villa	8.223 €	4.399 €	15.625 €	8.357 €	22.203 €	11.876 €	17.187 €	9.193 €	24.424 €	13.064 €
*PUNAG Pool Villa	10.136 €	5.355 €	19.258 €	10.174 €	27.367 €	14.458 €	21.184 €	11.192 €	30.104 €	15.904 €

Die Kur-Preise beinhalten

- ❖ Transfers von/zum Flughafen Cochin im klimatisierten Pkw (*bei Kat: Zukra, Semanta, Punag: Transfer mit Luxusklasse PKW)
- ❖ Übernachtungen in einer klimatisierten Villa Ihrer Wahl
- ❖ Ayurvedische Vollpension nach Ernährungsplan des Arztes;
- ❖ Mineralwasser, Ayurvedische Tees; Nachmittags Tee/Kaffee/Snacks
- ❖ Tägl. Ayurveda-Anwendungen nach Maßgabe des Arztes (ca. 90 Min.)
- ❖ Tägl. Naturtherapie-Anwendungen nach Maßg. des Arztes (45 –60 Min) (die Intensivkur enthält noch tägl. 45-60 Min. Zusatzanwendungen, wie Sitzungen beim Marma Heiler, Körperwickel, Akkupunktur... je nach ärztl. Anweisung)
- ❖ Tägliche Arztkonsultationen; kurbegleitende ayurv. Medikamente
- ❖ Täglicher Yoga- und Meditationsunterricht in der Gruppe. (1x morgens, 1x abends - Hatha Yoga & Asthanga Yoga)
- ❖ Wäsche-Service

Die Kur-Preise beinhalten NICHT:

- ❖ Ihre Flüge nach/von Indien (tagesaktuelle Preise auf Anfrage)
 - ❖ Anwendungen, die Sie zusätzlich zur Kur in Anspruch nehmen
 - ❖ Ausflüge, die Sie selbst vor Ort buchen
 - ❖ Persönliche Ausgaben für Telefon, Taxis, Drinks
 - ❖ Zuschlag bei gewünschtem Transfer im Luxus Pkw (BMW, Jaguar)
 - ❖ Zuschlag für Weihnachts- (100 €) und Sylvester-Dinner (130 € p.P.)
- Kinder bis 8 Jahren nächtigen kostenlos im DZ der Eltern

* Buchungen in den Kategorien ZUKRA; SEMANTA; PUNAG beinhalten Extras:

- Transfer im Luxusauto (BMW, Jaguar); Butler Service; diverse Ausflüge,
- Zusätzliche Behandlungen nach Maßgabe des Arztes
- Behandlungen in separaten Spa-Villas anstatt im Spa-Center
- Personalisierter Yoga- und Meditationsunterricht, falls gewünscht

In Carnoustie können Sie oder die Begleitperson auch schöne Urlaubstage ohne Ayurveda verbringen. Denn der Strand ist hier flach und nahezu menschenleer; der Pool ist wunderbar groß. Aufgrund der immensen Ausmaße der Anlage stören die Ayurveda- und Urlaubsgäste einander nicht! Zimmerpreise auf Anfrage.

Bitte beachten Sie die von unseren AGB's abweichenden Regeln für Anzahlung und Storno, die von Carnoustie vorgegeben werden wie folgt:

- Anzahlung: Bei Buchung 25 % des Reisepreises; Restzahlung 30 Tage vor Abreise 75 % des Reisepreises
- bei Storno 20 - 15 Tage vor Ankunft: 50 % des Reisepreises; ab 15.Tag vor Ankunft: 100 % des Reisepreises

RESORT EINRICHTUNGEN & DIENSTLEISTUNGEN

24-h Zimmerservice; Rezeption mit Geldwechsel und Ausflugsservice; Fitness-Center, Wäscherei und Reinigung; Souvenir-Shop mit Kleidung und Kosmetikartikeln, Business Center, Zeitungsservice, Fahrradverleih, kostenloser WLAN-Internetzugang.

Das ökologisch nachhaltige Resort nutzt erneuerbarer Energien, sowie moderne Wasseraufbereitung und unterstützt vorbildlich die lokalen Bauern und Fischer.

RESTAURANT: Das IDA-Restaurant ist bietet nicht nur eine architektonisch spektakuläre Bambus-Bauweise, sondern auch eine hervorragende Küche und Top-Service. In Absprache mit den Ärzten wird für Kurgäste ein individueller Speiseplan zusammengestellt. Am Nachmittag (16-17 Uhr) gibt es kostenlos Tee, Kaffee, Snacks. In der Hauptsaison gibt es im Seafood Restaurant fangfrische Meeresprodukte, in der Poolside Bar und der 9° North Bar können Sie leckere, alkoholfreie Drinks genießen. (während Monsunzeit geschlossen).

FREIZEIT / UNTERHALTUNG / AUSFLÜGE: Genießen Sie Spaziergänge in der tropischen Gartenanlage und am schönen, flachen Sandstrand. Lounge-Sonnenliegen mit Schirmen stehen am Strand und am Pool zur Verfügung. Entspannen Sie morgens und/oder abends bei den Yoga-Sitzungen. Während der Hauptsaison gibt es Beach-Volleyball, Tischtennis, Badminton etc. Fahrräder stehen ebenfalls zur Verfügung.

Die Mitarbeiter an der Rezeption sind gerne bei der Planung von Ausflügen behilflich, wie z.B.: Boots-Touren durch die Lagunen der Backwaters; Besichtigungen der Teegärten in Munnar (95km); St. Andrews Basilica (3km); Vogelschutzgebiet (15km), Alappuzha (15km); Kuttanad Reisfelder (25 km); Ambalapuzha Tempel (20km) etc.

LAGE: Carnoustie liegt im südindischen Kerala, nahe dem Dorf Mararikulam. Der Flughafen Cochin ist 60 km entfernt (ca. 1,5-2 Std. Transfer). Nächst größere Städte sind Alleppey (ca. 20km) und Cochin (ca. 45km).

FAZIT:

Wer für eine hochwertige Kur ein luxuriöses Ambiente in tropisch schöner Natur sucht, ist in CARNOUSTIE goldrichtig! Sehr interessant ist hier auch, dass man die klassische Ayurveda bei Bedarf mit anderen Natur-Heilmethoden kombiniert. Ferner hat uns der Küchenchef davon überzeugt, dass unsere Ayurvedagäste hier nicht nur individuell zubereitete Kost bekommen, sondern auch noch auf höchstem Niveau. Die exotische Pflanzenpracht der gepflegten Parkanlage, die totale Ruhe und der flache Sandstrand tragen ihr übriges zur kompletten Erholung bei.

