

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 21 moderne, renovierte Hotelzimmer und Suiten mit Meerblick zur Verfügung:

OCEAN VIEW DELUXE (2): Die Zimmer sind geschmackvoll in erdigen Tönen gehalten. Kommen Sie dort zur Ruhe und genießen Sie auf dem eigenen Balkon den Blick über das Meer und dem Sonnenuntergang in einer entspannten Atmosphäre.

BEACH VIEW DELUXE (3): Auch in diesen Zimmern (ca. 37qm) haben sie vom privaten Balkon einen schönen Blick auf das Meer, den Leuchtturm und den Strand.

SUPERIOR OCEAN VIEW (8): In diesen etwas größeren Zimmern (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 (6): Mit großen Panoramafenstern vom Boden bis zur Decke offeriert Ihnen diese Zimmerkategorie (ca. 41qm) ein atemberaubendes 180 Grad Panorama über die Arabische See.

OCEAN VIEW LUXURY SUITE (1): Die großzügigen Suiten (ca. 60qm) liegen im EG und verfügen über einen privaten Garten mit Terrasse. Die Suiten sind luxuriös 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.

THERAPIE-ZENTRUM:

Die Anlage verfügt über 4 traditionell ayurvedisch ausgestattete Behandlungsräume mit Meerblick. Das Team aus Ärzten und Therapeuten handelt auf demselben hohen Niveau, wie in der bekannten Schwesteranlage, 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 Eingangsdiagnose, 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).



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

REJUVENATION / PANCHAKARMA	7 Nächte		14 Nächte		21 Nächte		28 Nächte	
	inkl. Vollpension & Transfers		inkl. Vollpension & Transfers		inkl. Vollpension & Transfers		inkl. Vollpension & Transfers	
01.05. - 31.05.2025 01.08. - 30.09.2025	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Deluxe Ocean View	778 €	875 €	1.555 €	1.750 €	2.333 €	2.625 €	3.110 €	3.500 €
Deluxe Beach View	850 €	972 €	1.699 €	1.944 €	2.549 €	2.916 €	3.398 €	3.888 €
Superior Ocean View	943 €	1.165 €	1.885 €	2.330 €	2.828 €	3.495 €	3.770 €	4.660 €
Premium Ocean View	1.039 €	1.358 €	2.078 €	2.716 €	3.117 €	4.074 €	4.156 €	5.432 €
Ocean View Luxury Suite	1.258 €	1.796 €	2.515 €	3.592 €	3.773 €	5.388 €	5.030 €	7.184 €
Pent House - Ocean View	1.447 €	2.181 €	2.894 €	4.362 €	4.341 €	6.543 €	5.788 €	8.724 €
01.06. - 31.07.25 / 26 <i>Gratistage wurden bereits abgezogen</i>	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Deluxe Ocean View	666 €	750 €	1.333 €	1.500 €	1.999 €	2.250 €	2.666 €	3.000 €
Deluxe Beach View	728 €	833 €	1.456 €	1.666 €	2.184 €	2.499 €	2.913 €	3.333 €
Superior Ocean View	808 €	999 €	1.616 €	1.997 €	2.424 €	2.996 €	3.231 €	3.994 €
Premium Ocean View	891 €	1.164 €	1.781 €	2.328 €	2.672 €	3.492 €	3.562 €	4.656 €
Ocean View Luxury Suite	1.078 €	1.539 €	2.156 €	3.079 €	3.234 €	4.618 €	4.311 €	6.158 €
Pent House - Ocean View	1.240 €	1.869 €	2.481 €	3.739 €	3.721 €	5.608 €	4.961 €	7.478 €
01.10. - 19.12.2025	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Deluxe Ocean View	993 €	1.265 €	1.985 €	2.530 €	2.978 €	3.795 €	3.970 €	5.060 €
Deluxe Beach View	1.088 €	1.405 €	2.175 €	2.810 €	3.263 €	4.215 €	4.350 €	5.620 €
Superior Ocean View	1.191 €	1.611 €	2.382 €	3.222 €	3.573 €	4.833 €	4.764 €	6.444 €
Premium Ocean View	1.294 €	1.818 €	2.588 €	3.636 €	3.882 €	5.454 €	5.176 €	7.272 €
Ocean View Luxury Suite	1.501 €	2.231 €	3.001 €	4.462 €	4.502 €	6.693 €	6.002 €	8.924 €
Pent House - Ocean View	1.656 €	2.540 €	3.311 €	5.080 €	4.967 €	7.620 €	6.622 €	10.160 €
20.12.25 - 31.01.2026	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Deluxe Ocean View	1.086 €	1.451 €	2.171 €	2.902 €	3.257 €	4.353 €	4.342 €	5.804 €
Deluxe Beach View	1.191 €	1.611 €	2.382 €	3.222 €	3.573 €	4.833 €	4.764 €	6.444 €
Superior Ocean View	1.294 €	1.818 €	2.588 €	3.636 €	3.882 €	5.454 €	5.176 €	7.272 €
Premium Ocean View	1.398 €	2.024 €	2.795 €	4.048 €	4.193 €	6.072 €	5.590 €	8.069 €
Ocean View Luxury Suite	1.552 €	2.334 €	3.104 €	4.668 €	4.656 €	7.002 €	6.208 €	9.336 €
Pent House - Ocean View	1.811 €	2.747 €	3.621 €	5.494 €	5.432 €	8.241 €	7.242 €	10.988 €
01.02. - 31.05.2026	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Deluxe Ocean View	993 €	1.265 €	1.985 €	2.530 €	2.978 €	3.795 €	3.970 €	5.060 €
Deluxe Beach View	1.088 €	1.405 €	2.175 €	2.810 €	3.263 €	4.215 €	4.350 €	5.620 €
Superior Ocean View	1.191 €	1.611 €	2.382 €	3.222 €	3.573 €	4.833 €	4.764 €	6.444 €
Premium Ocean View	1.294 €	1.818 €	2.588 €	3.636 €	3.882 €	5.454 €	5.176 €	7.272 €
Ocean View Luxury Suite	1.501 €	2.231 €	3.001 €	4.462 €	4.502 €	6.693 €	6.002 €	8.924 €
Pent House - Ocean View	1.656 €	2.540 €	3.311 €	5.080 €	4.967 €	7.620 €	6.622 €	10.160 €
01.-30.06. / 01.08.-30.09.	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Deluxe Ocean View	778 €	875 €	1.555 €	1.750 €	2.333 €	2.625 €	3.110 €	3.500 €
Deluxe Beach View	850 €	972 €	1.699 €	1.944 €	2.549 €	2.916 €	3.398 €	3.888 €
Superior Ocean View	943 €	1.165 €	1.885 €	2.330 €	2.828 €	3.495 €	3.770 €	4.660 €
Premium Ocean View	1.039 €	1.358 €	2.078 €	2.716 €	3.117 €	4.074 €	4.156 €	5.432 €
Ocean View Luxury Suite	1.258 €	1.796 €	2.515 €	3.592 €	3.773 €	5.388 €	5.030 €	7.184 €
Pent House - Ocean View	1.447 €	2.181 €	2.894 €	4.362 €	4.341 €	6.543 €	5.788 €	8.724 €

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

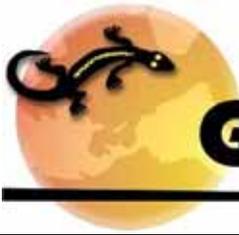
Die Preise beinhalten

- ❖ Transfer von/zum Flughafen TRIVANDRUM
- ❖ Übernachtungen in der gebuchten Kategorie
- ❖ Ayurvedische Vollpension: Tees, Mineralwasser
- ❖ Eingangsd Diagnose; 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. Juni - 31. Juli.: 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. Zweimal wöchentlich gibt es Koch-Vorführungen mit dem Küchenchef.

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 Light House 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.