



Willkommen im **AMAL TAMARA**, dem Tor zu einer tiefgehenden Heilungsreise im Herzen von Kerala. Das Resort ist mehr als nur ein Zufluchtsort; es ist ein Ort, an dem traditionelle ayurvedische Prinzipien auf modernen Komfort treffen, um Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden zu fördern. Es liegt inmitten der Backwaters direkt am schönen Vembanad-See. Erleben Sie maßgeschneiderte Therapien, gesunde Mahlzeiten, beruhigende Yoga- und Meditationssitzungen sowie kulturelle Aktivitäten. Tauchen Sie ein in die authentische Atmosphäre Keralas und lassen Sie sich von den heilenden Kräften des Ayurveda leiten, um Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen und Ihr Wohlbefinden nachhaltig zu verbessern.

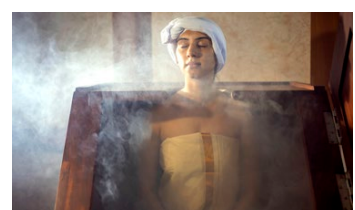
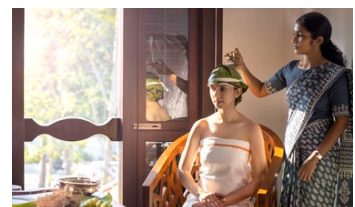
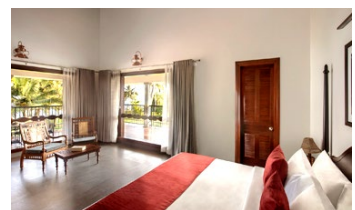
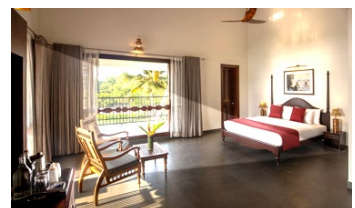
UNTERKUNFT:

Alle Zimmer sind im traditionellen Kerala-Stil eingerichtet. Jedes Zimmer verfügt über einen privaten Balkon, moderne Dusche/WC/Föhn und Klimaanlage, um den Gästen den größtmöglichen Komfort zu bieten und ihren Aufenthalt unvergesslich zu machen.

ASTHA ZIMMER (13): Größe: ca.32m², inkl. Veranda/Balkon mit Seeblick; Schreibtischecke

EKTA ZIMMER (03): Größe: ca.42m², inkl. Veranda/Balkon; Schreibtisch und Sitzbereich

IDHA ZIMMER (03): Größe: ca.51m² inkl. Veranda/Balkon; Schreibtisch und Sitzbereich, sowie mit begehbarem Kleiderschrank/Umkleide



THERAPIE-ZENTRUM

Das Therapiezentrum im Amal Tamara Ayurveda Center bietet eine umfassende und individuelle Betreuung, die auf den jahrtausendealten Prinzipien des Ayurveda basiert. Vor Ihrem Aufenthalt wird eine ausführliche Bewertung und Beratung durchgeführt, um Ihre individuellen Bedürfnisse und Gesundheitsziele zu verstehen. Damit erstellt ein Expertenteam einen maßgeschneiderten Behandlungsplan. Nach Ihrem Aufenthalt wird Ihre ayurvedische Reise durch virtuelle Konsultationen fortgesetzt. Ziel ist es, die Prinzipien des Ayurveda nachhaltig in Ihren Alltag zu integrieren und ein Gleichgewicht der Doshas zu erreichen.

Das Amal Tamara ist vom Quality Council of India und dem National Accreditation Board zertifiziert. Ein Team aus Ayurveda-Ärzten, einem Experten für Naturheilkunde und 15 Therapeuten steht Ihnen zur Verfügung. Sechs Behandlungsräume im traditionellen Kerala-Stil bieten den perfekten Rahmen für Ihre Heilung. **Deutsche Übersetzungen** bei Konsultationen sind auf Anfrage möglich.

AYURVEDA-BEHANDLUNGEN

Die ayurvedische Medizin basiert auf der Überzeugung, dass jeder Mensch einzigartig ist und eine individuelle Behandlung benötigt. Daher werden Faktoren wie Jahreszeit, Geisteszustand und körperliche Verfassung des Patienten beachtet, um eine effektive Heilung zu gewährleisten. Im Amal Tamara bieten wir vollständig personalisierte Behandlungsprogramme an, die auf Ihre individuellen Bedürfnisse, Anliegen und Ziele abgestimmt sind. Erleben Sie eine maßgeschneiderte ayurvedische Heilung, die Ihnen zu einem ausgeglichenen und gesunden Leben verhilft.

Die Behandlungspläne basieren auf folgenden Programmen:

Anti-Ageing / Gewichtsmanagement / Panchakarma (Entgiftung) / **Immunitätsbooster / Dermatologische Kur** (Hauterkrankungen, z. B. Psoriasis, Ekzeme und Dermatitis)

Kur für den weiblichen Zyklus / Stressmanagement; Orthopädische Kur (Arthritis, Ischiasschmerzen, Bandscheibenvorfall, Gelenk- und Muskelerkrankungen, rheumatoide Arthritis, Osteoarthritis, Psoriasis-Arthritis, Gicht und Spondylose)

YOGA/MEDITATION: Täglich werden jeweils 60 Min. Yoga und 30 Min. Meditation angeboten. Zusätzlich erhalten Kurgäste pro Woche eine Sitzung von 60 Min. Unterricht in Therapeutischem Yoga und 2x 30 Min. Raga-Therapie. Die Yoga- und Meditationsstunden werden von spirituellen Erfahrungen wie dem Agnihotram-Ritual, wobei die Luft und Umgebung gereinigt wird oder einer Klangschalenmeditation begleitet.



AMAL TAMARA RESORT €-Kurpreise pro Pers.:

Alle Kurpakete haben den gleichen Preis! Der Tagespreis verringert sich jeweils ab 7 / 14 / 21 Tagen Aufenthalt

2025 - 2026	7 Nächte Kurpaket inkl. Vollpension & Transfers		14 Nächte Kurpaket inkl. Vollpension & Transfers		21 Nächte Kurpaket inkl. Vollpension & Transfers	
1. Apr. - 30. Sept. 2025	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Astha Zimmer	1.626 €	2.105 €	2.941 €	3.784 €	4.156 €	5.365 €
Ekta Zimmer	1.885 €	2.430 €	3.392 €	4.375 €	4.811 €	6.208 €
Idha Zimmer	2.243 €	2.889 €	4.035 €	5.203 €	5.720 €	7.382 €
1. Okt. 25 - 31. März 26	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Astha Zimmer	2.401 €	3.432 €	4.318 €	6.167 €	5.830 €	8.743 €
Ekta Zimmer	2.745 €	3.947 €	4.943 €	7.093 €	6.674 €	10.063 €
Idha Zimmer	3.347 €	4.802 €	6.022 €	8.651 €	8.131 €	12.236 €

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

Die Preise beinhalten

- ❖ Transfers von/zum Flughafen COCHIN
- ❖ Übernachtungen in der gebuchten Kategorie
- ❖ Ayurvedische Vollpension; Tees, Mineralwasser
- ❖ Täggl. Arztkonsultationen; 1,5 h Ayurveda-Anwendungen
- ❖ kurbegleitende ayurv. Medikamente
- ❖ täglicher Yoga- und Meditationsunterricht; Raga -Therapie
- ❖ Empfohlener Ernährungs- und Behandlungsplan
- ❖ Ärztliche Eingangs- und Abschlussuntersuchung
- ❖ Online-Konsultationen nach Kuraufenthalt
- ❖ Kostenloser WIFI-Zugang; 2 Kurtas

Die Preise beinhalten NICHT:

- ❖ Ihre Flüge (tagesaktueller Preis auf Anfrage)
 - ❖ Visumgebühren Indien (Buchen Sie unseren Visum-Service)
 - ❖ Ayurvedische Anwendungen, die Sie zusätzlich in Anspruch nehmen
 - ❖ Ausflüge, die Sie selbst vor Ort machen
 - ❖ Persönliche Ausgaben für Telefon, Taxis, Drinks
 - ❖ Täglicher Wäscheservice
- Zimmerpreise ohne Kur für Verlängerungstage bzw. Begleitperson eines Ayurvedagastes teilen wir Ihnen auf Anfrage gerne mit.
- Kinder unter 12 sind im Resort nicht erlaubt.

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

RESORT-EINRICHTUNGEN:

Rezeption mit Organisation von Ausflügen • WLAN • Kräutergarten • Zimmerservice • Pool

RESTAURANT: Im Amal Tamara wird großer Wert auf Ernährung nach ayurvedischen Prinzipien gelegt, um das Gleichgewicht der Doshas zu fördern und das Wohlbefinden zu unterstützen. Die Mahlzeiten werden sorgfältig auf der Grundlage der Empfehlungen Ihres Ayurveda-Arztes, Ihres Behandlungsplans und Ihres aktuellen Gesundheitszustands zusammengestellt. Alle Gerichte werden doshagerecht und individuell zubereitet, sind vegetarisch, frei von Meersalz, raffiniertem Zucker, Mehl und Konservierungsstoffen.

UNTERHALTUNG / FREIZEIT: In der Saison gibt es abends traditionelle indische Darbietungen mit Musik und Tanz in schönen Folkloretrachten. Sie können auch an einer Führung durch den Kräutergarten teilnehmen und in der Apotheke erleben, wie traditionelle ayurvedische Medizin, Öle und Tinkturen hergestellt werden. Weitere Angebote sind das Spielen von traditionell indischen Brettspielen oder das einzigartige Erlebnis einer Musik-Therapie, bei der Sie Ihren inneren Frieden und Harmonie finden.

AUSFLÜGE: Bootsfahrt durch die Lagunen der Backwaters • Besuch im Dhanwanthari-Tempel • Ausflug zur Kokosfaserherstellung

LAGE: Das Amal Tamara Resort liegt in Kerala, ca. 80 km vom internationalen Flughafen Cochin entfernt. Es liegt etwa 10 km vom Marari Beach entfernt direkt am Vembanad See. Die ruhige Lage inmitten der Natur ermöglicht Ihnen die bestmögliche Entspannung während Ihres Heilungsprozesses.

FAZIT:

Amal Tamara bietet ein authentisches Wellness Erlebnis in den ruhigen Backwaters von Alleppey, das Ruhe, Frieden und Erneuerung fördert. Mit individuell angepassten Behandlungen, Meditation, Yoga und kulturellen Erlebnissen ist es ein wahres Heilerlebnis für Körper, Geist und Seele. Die herzliche Betreuung und die ernsthaften Kuranwendungen machen es zu einem Ort der Erholung und Gastfreundschaft, den man immer wieder gerne besucht.

