



AATHMA

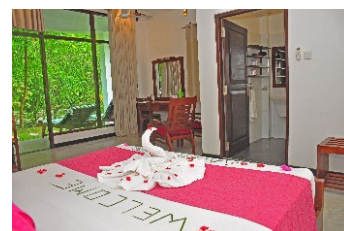
AYURVEDA HEALTH RESORT

Das **AATHMA AYURVEDA HEALTH RESORT** liegt, eingebettet in üppiger Natur, im Süden Sri Lankas. Hier bekommen Sie die komplette Bandbreite zwischen einem Aufenthalt in Ruhe und Entspannung und der Möglichkeit, neben den Behandlungen an zahlreichen Ausflügen teilzunehmen. Erleben Sie die heilende Kraft des Ayurveda in unserem spezialisierten Therapiezentrum und nehmen Sie an revitalisierenden Yoga- und Meditationseinheiten teil. Im Aathma Resort finden Sie die perfekte Balance zwischen Erholung, Gesundheit und Abenteuer. Tauchen Sie ein in eine Welt der Ruhe und Regeneration und kehren Sie gestärkt in Ihren Alltag zurück.

UNTERKUNFT:

Im Aathma Resort gibt es insgesamt 22 Zimmer, in 8 Häusern. Jedes Zimmer verfügt über eine Terrasse bzw. einen Balkon, mit Ausblick auf den Pool oder Garten hat. Die Unterkünfte sind standardmäßig jeweils mit einem Kingsize-Bett, einem Badezimmer mit WC, Dusche und Föhn ausgestattet. Weitere Annehmlichkeiten sind WLAN, ein Bademantel, ein Safe und ein Telefon. Zur Abkühlung gibt es Deckenventilatoren und Klimaanlage. Die Zimmer sind in vier Kategorien aufgeteilt:

STANDARD ZIMMER EG	mit eigener Terrasse, zur Einzel- oder Doppelbelegung
STANDARD ZIMMER OG	mit eigenem Balkon, zur Einzel- oder Doppelbelegung
SUPERIOR ZIMMER EG	mit eigener Terrasse, Doppelbelegung empfohlen
SUPERIOR ZIMMER OG	mit eigenem Balkon, Doppelbelegung empfohlen



THERAPIEZENTRUM

Erleben Sie im Amal Tamara Ayurveda-Zentrum eine fachkundige Betreuung durch zertifizierte Ayurveda-Ärzte und ein erfahrenes Therapeutenteam. Die Anzahl der Anwendungen variiert je nach Ihrem Gesundheitszustand, und bei Bedarf können zusätzliche Behandlungen verordnet werden.

Für eine umfassende Erstbewertung steht Ihnen auf Wunsch ein **deutschsprachiger Übersetzer** zur Seite. Einige der Therapien, wie entspannende Kopf- und Fußmassagen oder das abschließende Blütenbad, können Sie auch in der ruhigen Umgebung im Freien erleben. Über die Ayurveda-Behandlungen hinaus können Sie Experten, die auf besondere Krankheiten spezialisiert sind, hinzuziehen oder auch Beauty-Anwendungen zubuchen.



AYURVEDA-BEHANDLUNGEN

Im Aathma Resort werden keine vorgefertigten Ayurvedaprogramme angegeben. Jeder Patient bekommt bei seiner Eingangsuntersuchung einen **individuellen Behandlungsplan** auf Basis seines Doshas und des Gesundheitszustands. Insgesamt dienen die Behandlungen zur Stressreduktion, Gewichtsverlust, Körperreinigung, Förderung der Verdauung und Verbesserung des Hautbildes.

Eine der Spezialisierungen ist die klassische **Panchakarma**-Therapie. Diese Kur ist darauf fokussiert, das Immunsystem zu stärken und den Körper zu revitalisieren.

Die Therapien in Aathma zielen auf ein ganzheitliches Erlebnis ab. Täglich bekommen Sie bis zu fünf Behandlungen, je nach Plan, die von Blütenbädern, Yogastunden, Thai Chi und Musiktherapie begleitet werden.

YOGA (5x Wo.) & MEDITATION (1x Wo.) sind selbstverständlich im Kurpaket inkludiert.



AATHMA AYURVEDA HEALTH RESORT €-Kurpreise pro Pers.:

ALLE AYURVEDA KURPAKETE HABEN DEN GLEICHEN PREIS	7 Nächte Kurpaket inkl. Vollpension & TRANSFERS		14 Nächte Kurpaket inkl. Vollpension & TRANSFERS		21 Nächte Kurpaket inkl. Vollpension & TRANSFERS		28 Nächte Kurpaket inkl. Vollpension & TRANSFERS	
1. Mai – 31. Okt. 2026	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Standard Zi. Erdgeschoß	900 €	1.100 €	1.590 €	1.880 €	2.280 €	2.660 €	2.970 €	3.440 €
Standard Zi. Obergeschoß	935 €	1.170 €	1.655 €	2.010 €	2.375 €	2.850 €	3.095 €	3.690 €
Superior Zi. Erdgeschoß	935 €	1.170 €	1.655 €	2.010 €	2.375 €	2.850 €	3.095 €	3.690 €
Superior Zi. Obergeschoß	970 €	1.240 €	1.720 €	2.140 €	2.470 €	3.040 €	3.220 €	3.940 €
1. Nov. - 30. Apr. 2027	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Standard Zi. Erdgeschoß	1.110 €	1.450 €	1.980 €	2.530 €	2.850 €	3.610 €	3.720 €	4.690 €
Standard Zi. Obergeschoß	1.145 €	1.520 €	2.045 €	2.660 €	2.945 €	3.800 €	3.845 €	4.940 €
Superior Zi. Erdgeschoß	1.145 €	1.520 €	2.045 €	2.660 €	2.945 €	3.800 €	3.845 €	4.940 €
Superior Zi. Obergeschoß	1.180 €	1.590 €	2.110 €	2.790 €	3.040 €	3.990 €	3.970 €	5.190 €

Die Preise beinhalten

- ❖ TRANSFERS von/zum Flughafen COLOMBO
- ❖ Übernachtungen & Ayurvedische Vollpension; Kräutertee
- ❖ Tägl. bis zu 4 Kur-Anwendungen nach ärztl. Anweisung
- ❖ Eingangs- und Folgekonsultationen; Dosha-Bestimmung
- ❖ Tägl. Arztkonsultationen; Ernährungsberatung
- ❖ Ayurvedische, kurbegleitende Medikamente
- ❖ pro Wo.: 5x Yoga; 1x Meditation; 1x Koch-Vorführung
- ❖ 5 Halbtagesausflüge ab 14 Tg. Kur / 2 x bei 7 Tagen
- ❖ Vorträge über Ayurveda; Abendunterhaltung in der Saison
- ❖ Wi-Fi Internetverbindung
- ❖ Insolvenzversicherung des Veranstalters

Die Preise beinhalten NICHT:

- ❖ Ihre Flüge nach / von Sri Lanka; Flughafensteuern
- ❖ Kurverlängernde Medikamente für zuhause
- ❖ Zusätzliche Sprechstunden mit Spezialisten
- ❖ Getränke außerhalb des Kurangebotes
- ❖ Zusätzliche Ausflüge, Taxis, Trinkgelder, etc.
- ❖ Visumgebühren Sri Lanka (Visumdienst gegen Gebühr)

In diesem Resort ist es auch möglich, einen Begleitgast mitzunehmen ohne Kurbehandlungen. Die Preise dazu senden wir Ihnen auf Anfrage gerne zu.

Die Häufigkeit und Auswahl der Behandlungen obliegen der Empfehlung des Arztes je nach Diagnose.

RESORT EINRICHTUNGEN & DIENSTLEISTUNGEN

Rezeption mit Ausflugservice • WiFi Internet kostenlos • Eigener Strandbereich in der Nähe • Garten mit Swimmingpool

RESTAURANT: Nach der Einschätzung Ihres Ayurveda-Arztes wird Ihre empfohlene Ernährung im Detail an das Restaurantteam von Aathma weitergegeben, das sich um all Ihre Ernährungsbedürfnisse kümmert. Diese Empfehlungen werden sorgfältig vom Restaurantteamleiter befolgt, und alle Ihre individuellen Anforderungen werden in Abstimmung mit Ihrer Ernährung berücksichtigt. Sie haben die Möglichkeit, wöchentlich an Live-Kochvorführungen teilzunehmen, wo Sie eine Vielzahl an ayurvedischen Rezepten kennenlernen werden. Im Resort werden ausschließlich Ayurveda-Produkte von uns bekannten Lieferanten und Unternehmen verwendet.

UNTERHALTUNG / AUSFLÜGE: In Aathma haben Sie die Möglichkeit, neben Ihren Behandlungen an **Halbtagesausflügen** teilzunehmen, wenn dies mit Ihrem Arzt abgeklärt wurde. Einige der Ausflüge sind im Preis inbegriffen.

Als Besonderheit wird in Aathma auch **Musiktherapie** angeboten, die sehr beruhigend wirkt auf Ihren Geist. Während der Saison können Sie sich am Abend auf ein abwechslungsreiches **Unterhaltungsprogramm** mit traditionellen Tänzen und einheimischen Darbietungen freuen.

In wenigen Gehminuten erreichen Sie den **hauseigenen Strand**. Hier werden Liegen, Handtücher und Sonnendächer für Sie bereitgestellt.

LAGE: Das Aathma Ayurveda Health Resort liegt im Süden von Sri Lanka, etwa 40 km von der Stadt Galle entfernt. Der Transfer vom Flughafen Colombo dauert ca. 2 Stunden. Das Resort liegt in der grünen Natur, der Balapitiya Strand ist in etwa 5 Gehminuten erreichbar.

FAZIT:

Das Ayurveda Resort Aathma bietet die perfekte Mischung aus Komfort, Natur und ganzheitlicher Gesundheit. Die Zimmer sind gemütlich ausgestattet und bieten einen wunderbaren Rückzugsort, wo Sie sich entspannen können. Die Ayurvedabehandlungen und das professionelle Therapeutenteam helfen Ihnen, Körper und Geist in Einklang zu bringen. Das Aathma Resort ist ein wahres Paradies für alle, die eine Auszeit vom Alltag suchen und ihre Gesundheit auf natürliche Weise fördern möchten.

