



**AYUR ON THE
NATTIKA BEACH**

Eingebettet an die ruhige, südindische Küste von Nattika bietet das exklusive Ayurveda-Refugium **AYUR ON THE BEACH** nur 20 elegante Ayur-Villen und eine ruhige Umgebung zur Erholung, Verjüngung und Heilung. Sie erleben hier authentische Ayurveda-Behandlungen und Yoga unter der fachkundigen Betreuung erfahrener Ärzte und Yoga-Meister.

UNTERKUNFT:

Alle 20 Villen sind im traditionellen Kerala-Stil eingerichtet und bieten den Gästen einen ruhigen und gemütlichen Rückzugsort mit separatem Schlaf- und Wohnbereich. Jedes Zimmer verfügt über eine Klimaanlage, einen Ventilator und ein Moskitonetz. Zur Standardausstattung gehören ein Minikühlschrank, ein TV, ein Telefon sowie Toilettenartikel im Badezimmer. Die Villen sind als Einzel- oder Doppelzimmer buchbar.



THERAPIE-ZENTRUM

Das Therapiezentrum im Ayur on the Beach Nattika umfasst sechs Behandlungsräume sowie eine ayurvedische Sauna, in einer authentischen und harmonischen Umgebung. Dort werden die Gäste von einem Team aus qualifizierten Ärzten und kompetenten Therapeuten betreut. Nach einem ersten Gespräch wird auf Basis der medizinischen Vorgeschichte und des aktuellen Gesundheitszustands des Gastes ein individueller Behandlungsplan zusammengestellt. Nach diesem Therapieplan werden die Behandlungen während der Kur durchgeführt und vom zuständigen Arzt überwacht. Ein **Deutschsprachiger Übersetzer** kann für die Arztkonsultationen angefordert werden, gegen Gebühr.



AYURVEDA-BEHANDLUNGEN

Nach der umfassenden, ärztlichen Eingangsuntersuchung wird für jeden Gast ein individueller Therapieplan zusammengestellt. Körper, Geist und Seele sollen in Einklang gebracht werden, um Ihr Wohlbefinden langfristig zu verbessern bzw. zu erhalten. Alle Kurpakete haben den gleichen Preis. Dennoch können Sie bereits vorab aus den folgenden Programmen Ihren Schwerpunkt wählen und spezielle Wünsche bei der Buchung angeben:



PANCHAKARMA & RASAYANA: Bei diesem Kurpaket werden die sieben grundlegenden Elemente des menschlichen Körpers gereinigt und entgiftet.

BODY-SLIMMING: Diese Kur dient zur ganzheitlichen, gesunden Gewichtsreduktion mit einer Kombination aus Ernährung, Stoffwechselanregung medizinischen Behandlungen.

STRESS- UND BURNOUT-RELIEF-PROGRAMM: Hilft dabei, das Gleichgewicht zwischen Geist und Körper wiederherzustellen mit gezielten Behandlungen, sowie Yoga, Meditation.

WIRBELSÄULEN- UND NACKEN-THERAPIE: Muskuläre, nervliche oder haltungsbedingte Ursachen werden gelindert. Auch Spondylose, Spondylitis, Bandscheibenvorfall oder Ischias können behandelt werden.



YOGA/MEDITATION: Die geistige Entspannung hat sowohl präventiven als auch aktiven Heilwert und gehört deshalb unbedingt zu einem Ayurveda-Kurpaket. Yoga und Meditation ergänzen täglich die Kur unter professioneller Anleitung und fördern die ganzheitliche Wirkung der Ayurveda-Therapien. Genießen Sie die Entspannung bei den täglichen Yoga-Stunden mit dem Yogeameister und einem wunderbaren Ausblick auf das Meer.

REJUVENATION / PANCHAKARMA	7 Nächte Kurpaket inkl. Vollpension & Transfers		14 Nächte Kurpaket inkl. Vollpension & Transfers		21 Nächte Kurpaket inkl. Vollpension & Transfers		28 Nächte Kurpaket inkl. Vollpension & Transfers	
01.04. - 30.09.2026	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
<i>Gratistage ab 14 Tage Kur</i>			ab 14 Tage: 1 Gratistag 14 = 13		ab 21 Tage: 2 Gratistage 21 = 19		ab 28 Tage: 2 Gratistage 28 = 26	
Ayur Villa	963 €	1.225 €	1.788 €	2.275 €	2.613 €	3.325 €	3.575 €	4.550 €
<i>Tages-Kurzpreis p.P.</i>	138 €	175 €						
01.10. - 19.12.2026	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Ayur Villa	1.173 €	1.645 €	2.345 €	3.290 €	3.518 €	4.935 €	4.690 €	6.580 €
<i>Tages-Kurzpreis p.P.</i>	168 €	235 €						
20.12. - 10.01.2026	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Ayur Villa	1.278 €	1.750 €	2.555 €	3.500 €	3.833 €	5.250 €	5.110 €	7.000 €
<i>Tages-Kurzpreis p.P.</i>	183 €	250 €						
11.01. - 31.03.2027	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Ayur Villa	1.173 €	1.645 €	2.345 €	3.290 €	3.518 €	4.935 €	4.690 €	6.580 €
<i>Tages-Kurzpreis p.P.</i>	168 €	235 €						

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
- ❖ Arztkonsultationen; Ernährungs- und Behandlungsplan
- ❖ kurbegleitende ayurvedische Medikamente
- ❖ tägl. 2 Ayurveda-Behandlungsdurchgänge je ca. 60Min.
- ❖ täglicher Yoga- und Meditationsunterricht in der Gruppe
- ❖ W-Lan Internetzugang
- ❖ Kerala-Kochvorführung
- ❖ Demonstration der Ayurveda-Medizinherstellung
- ❖ Ayurveda-Wellness-Sitzung mit dem Arzt
- ❖ Mehendi Henna Malerei; Anleitung im Wickeln eines traditionellen Saris
- ❖ Abendliche Kultur-Aufführungen mit traditioneller Musik und Tanz

Die Preise beinhalten NICHT:

- ❖ Ihre Flüge (tagesaktueller Preis auf Anfrage)
- ❖ Visumgebühren Indien (Buchen Sie unseren Visum-Service)
- ❖ Ausflüge, die Sie selbst vor Ort machen
- ❖ Persönliche Ausgaben für Telefon, Taxis, Drinks
- ❖ Übersetzer-Service (Gebühr 50 € pro Session; bitte vorab anmelden)
- ❖ Festtags-Zuschläge: 24.12. Weihnachten 10 € p.P.; 31.12. Silvester 15 € p.P.

BONUS für alle Gäste ab 14 Tage Kuraufenthalt:

Ausflug nach Fort Kochin, mit folgenden Besichtigungen:
Jüdische Synagoge, St.-Franziskus-Kirche, Basilika Santa Cruz,
Mattancherry Dutch Palace, Chinesische Fischernetze, Fort Kochi Beach

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

RESORT-EINRICHTUNGEN:

Rezeption mit Organisation von Ausflügen • WLAN • Pool
Extra: Empfang durch einen Flughafenmitarbeiter (in der Nähe des Gepäckausgabebereichs)

RESTAURANT: Vegetarische Küche • Buffet oder individuell am Tisch • Individuelles Menü nach ärztlicher Empfehlung • Gemeinsames Essen im Restaurant • Frische Zutaten, die nach den drei Doshas Vata, Pitta und Kapha zusammengestellt werden

UNTERHALTUNG / FREIZEIT: Kochvorführungen • Kulturelle Abende mit traditionellen Tanz- und Musikdarbietungen • Mehendi Henna Malerei • Anleitung im Sari Wickeln • Demonstration der ayurvedischen Medizinherstellung • Nahegelegene Einkaufsmöglichkeiten • Entspannung am Pool und am Strand • Kreative Workshops, wie Mehndi-Designs

AUSFLÜGE: Muzariz Heritage • Besichtigung der Hafenstadt Cochin • Besuch des nahegelegenen Fischerdorfs • Ausflug in das Elefantencamp Guruvayur
BONUS ab 14 Tage Kur: Ausflug nach Fort Kochin mit Besichtigungen

LAGE: Das Resort liegt in Nattika, ein Küstendorf in Kerala, 25 km von Thrissur entfernt. Der internationale Flughafen liegt 60 km entfernt. Die Umgebung ist sehr traditionell, mit vielen Palmen und in der Nähe von authentischen Fischerdörfern. Der bekannte Strand, Nattika Beach, lädt zu langen und ruhigen Spaziergängen ein. Eine Region, die als idealer Rückzugsort aus dem Alltag dient und in die man immer wieder gerne zurückkehrt.

FAZIT

Das AYUR ON THE BEACH RESORT - NATTIKA eignet sich hervorragend für Gäste, die eine authentische Ayurvedakur an einem der schönsten Strände Keralas verbringen möchten, verbunden mit den Annehmlichkeiten einer sehr gepflegten Anlage mit nur 20 Villen! Mit vielen netten Kleinigkeiten gibt man sich hier sehr viel Mühe, dass Sie sich wohlfühlen. Da diese Region Keralas bislang nur wenig touristisch erschlossen ist, bietet sich dieser Ort durch seine Ursprünglichkeit und Ruhe wie kein zweiter an, für eine „Auszeit unter Palmen“. Ayur on the Beach ist jedoch nicht geeignet für Gäste, die mit der Abgeschlossenheit und Stille hier nicht zurechtkommen.

