



## HERITANCE AYURVEDA

Die renommierte Aitken Spence Hotelkette erschuf hier aus einem ehemaligen Strandhotel ein modernes 4\*Ayurveda Resort mit komfortablem und entspanntem Ambiente, direkt am Strand von Beruwela. Die einzigartige Lage und gehobene Ausstattung, kombiniert mit ernsthafter Ayurveda und der Gastfreundlichkeit Sri Lankas macht diese Anlage zu etwas ganz Besonderem! Das Resort beherbergt ausschließlich Ayurveda-Gäste und deren Begleitung.

### UNTERKUNFT:

Die rund 64 Zimmer in komfortabler Größe und angenehmer Einrichtung haben entweder Balkon oder Terrasse, sowie seitlichen oder direkten Blick zum Indischen Ozean. Sie verteilen sich inmitten der grünen Gartenlage auf das Hauptgebäude und die Seitenflügel. Einzelzimmer sind Doppelzimmer zur Alleinbenutzung. Zur Standardausstattung gehören eine individuell einstellbare Klimaanlage, Deckenventilator, Safe, Föhn, Bademantel, Telefon. In Suiten und Deluxe Eck-Zimmern gibt es auch eine Minibar (auf Anfrage) und Fernseher.

16 **STANDARD-ZIMMER** (~29 qm) im Hauptgebäude 1.Etage mit Balkon.

36 **DELUXE-ZIMMER** (~41qm) im Erdgeschoss, 1./2. Etage mit größerem Balkon. Beide Kategorien sind als Doppel- oder Zweibettzimmer verfügbar.

05 **DELUXE ECK-ZIMMER** (~79 qm) befinden sich an der Meerblick-Frontseite der Seitengebäude und haben dadurch große Balkone mit toller Dreifach-Aussicht.

Lage: Erdgeschoss od. Obergeschoss (*gegen Aufpreis*). Die Betten haben Übergröße.

07 **SUITEN** (~61qm) in der 2.Etage. Sie sind sehr großzügig geschnitten und verfügen über einen separaten Wohnbereich und zwei kleine Balkone.



### THERAPIEZENTRUM

Das Ayurveda-Center umfasst 23 komfortable Behandlungsräume, 4 Konsultationszimmer, eine ayurvedische Apotheke und eine Yoga-Halle.

Unter Aufsicht des Chefarztes werden die authentischen Kuren von gut ausgebildetem Fachpersonal durchgeführt. Ihm zur Seite stehen weitere fünf Fachärzte (M/W), die sich beruflich u.a. auch mit Hypnose, Psychoanalyse und Akkupunktur befassen. Ein Arzt befindet sich auf Abruf immer in der Anlage. Nach einer umfassenden Eingangsuntersuchung wird der persönliche Dosha-Typ des Kurgastes bestimmt, auf den die Ernährungsempfehlung und der Behandlungsplan individuell angepasst werden. Sie erhalten zur Einstimmung und Entspannung ein "Pada Avagahanaya", ein Fußbad in Öl mit Massage.

### AYURVEDA-BEHANDLUNGEN

Der Kurverlauf wird täglich überprüft und ggf. der Behandlungsplan angepasst. Die verwendeten Öle und die ayurvedische Medizin sind zu 100% pflanzlich. Der Mindestaufenthalt sollte 1 Woche betragen (Schnupperkur), zur besseren Wirkung wird jedoch empfohlen, eine Kurdauer von 2 Wochen zu planen. Sollten Vorerkrankungen vorliegen, sollten Sie sich unbedingt 3-4 Wochen Zeit nehmen für Ihre Gesundheit. Im Zuge der "Ayubowan" Ayurvedakur (Panchakarma) können Sie selbst Ihren Schwerpunkt wählen:

**DETOXIFICATION | STRESS RELIEF | REJUVENATION | IMMUNITY BOOSTER | SLIMMING | WOMEN'S HEALTH | SKIN HEALTH | MINDFULNESS | SMOKE AND ALCOHOL DETOX || | gegen Gebühr: PRANIC HEALING**

Jeder Gast erhält täglich vier individuell angepasste ayurvedische Behandlungen, die auf seine individuellen Bedürfnisse zugeschnitten sind.



**YOGA- / MEDITATION** runden das Kurprogramm ab und sind entsprechend der Ayurveda Lebensphilosophie natürlich im Preis enthalten. Täglich gibt es geführte Yoga-Asanas, Pranayama (Atemübungen) und wöchentlich gibt es eine Meditationssitzung zur Förderung der Entspannung, zur Verbesserung der geistigen Klarheit und zur Harmonisierung der Verbindung zwischen Geist und Körper.

| INTENSIV-KUR                  | 7 Nächte Kurpaket<br>inkl. Vollpension & Transfers |                | 14 Nächte Kurpaket<br>inkl. Vollpension & Transfers |                | 21 Nächte Kurpaket<br>inkl. Vollpension & Transfers |                | 28 Nächte Kurpaket<br>inkl. Vollpension & Transfers |                |
|-------------------------------|----------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------|----------------|-----------------------------------------------------|----------------|
| <b>01.11. – 20.12.2026</b>    | Doppelbelegung                                     | Einzelbelegung | Doppelbelegung                                      | Einzelbelegung | Doppelbelegung                                      | Einzelbelegung | Doppelbelegung                                      | Einzelbelegung |
| Classic Zimmer                | 1.535 €                                            | 2.029 €        | 2.761 €                                             | 3.595 €        | 4.095 €                                             | 5.299 €        | 5.285 €                                             | 6.819 €        |
| Deluxe Zimmer                 | 1.677 €                                            | 2.313 €        | 3.024 €                                             | 4.120 €        | 4.489 €                                             | 6.088 €        | 5.796 €                                             | 7.842 €        |
| Suiten                        | 1.824 €                                            | 2.605 €        | 3.295 €                                             | 4.662 €        | 4.895 €                                             | 6.900 €        | 6.323 €                                             | 8.896 €        |
| Corner Lux. Erdgeschoss       | 1.824 €                                            | 2.605 €        | 3.295 €                                             | 4.662 €        | 4.895 €                                             | 6.900 €        | 6.323 €                                             | 8.896 €        |
| Corner Lux. Obergeschoss      | 1.966 €                                            | 2.890 €        | 3.557 €                                             | 5.188 €        | 5.290 €                                             | 7.688 €        | 6.835 €                                             | 9.919 €        |
| <b>21.12. – 10.01.2027</b>    | Doppelbelegung                                     | Einzelbelegung | Doppelbelegung                                      | Einzelbelegung | Doppelbelegung                                      | Einzelbelegung | Doppelbelegung                                      | Einzelbelegung |
| Classic Zimmer                | 1.927 €                                            | 2.511 €        | 3.486 €                                             | 4.487 €        | 5.182 €                                             | 6.637 €        | 6.695 €                                             | 8.555 €        |
| Deluxe Zimmer                 | 2.069 €                                            | 2.795 €        | 3.749 €                                             | 5.012 €        | 5.576 €                                             | 7.426 €        | 7.207 €                                             | 9.578 €        |
| Suiten                        | 2.215 €                                            | 3.088 €        | 4.019 €                                             | 5.554 €        | 5.983 €                                             | 8.238 €        | 7.734 €                                             | 10.632 €       |
| Corner Lux. Erdgeschoss       | 2.215 €                                            | 3.088 €        | 4.019 €                                             | 5.554 €        | 5.983 €                                             | 8.238 €        | 7.734 €                                             | 10.632 €       |
| Corner Lux. Obergeschoss      | 2.357 €                                            | 3.372 €        | 4.282 €                                             | 6.080 €        | 6.377 €                                             | 9.026 €        | 8.245 €                                             | 11.655 €       |
| <b>11.01. – 31.03.2027</b>    | Doppelbelegung                                     | Einzelbelegung | Doppelbelegung                                      | Einzelbelegung | Doppelbelegung                                      | Einzelbelegung | Doppelbelegung                                      | Einzelbelegung |
| Classic Zimmer                | 1.789 €                                            | 2.347 €        | 3.231 €                                             | 4.184 €        | 4.800 €                                             | 6.183 €        | 6.199 €                                             | 7.966 €        |
| Deluxe Zimmer                 | 1.931 €                                            | 2.631 €        | 3.494 €                                             | 4.710 €        | 5.194 €                                             | 6.972 €        | 6.711 €                                             | 8.989 €        |
| Suiten                        | 2.078 €                                            | 2.924 €        | 3.765 €                                             | 5.251 €        | 5.600 €                                             | 7.784 €        | 7.238 €                                             | 10.043 €       |
| Corner Lux. Erdgeschoss       | 2.078 €                                            | 2.924 €        | 3.765 €                                             | 5.251 €        | 5.600 €                                             | 7.784 €        | 7.238 €                                             | 10.043 €       |
| Corner Lux. Obergeschoss      | 2.220 €                                            | 3.208 €        | 4.027 €                                             | 5.777 €        | 5.995 €                                             | 8.572 €        | 7.749 €                                             | 11.066 €       |
| <b>01.04. – 30.04.2027</b>    | Doppelbelegung                                     | Einzelbelegung | Doppelbelegung                                      | Einzelbelegung | Doppelbelegung                                      | Einzelbelegung | Doppelbelegung                                      | Einzelbelegung |
| Classic Zimmer                | 1.436 €                                            | 1.908 €        | 2.578 €                                             | 3.372 €        | 3.820 €                                             | 4.965 €        | 4.928 €                                             | 6.385 €        |
| Deluxe Zimmer                 | 1.578 €                                            | 2.192 €        | 2.841 €                                             | 3.897 €        | 4.214 €                                             | 5.753 €        | 5.440 €                                             | 7.408 €        |
| Suiten                        | 1.725 €                                            | 2.485 €        | 3.111 €                                             | 4.439 €        | 4.621 €                                             | 6.565 €        | 5.967 €                                             | 8.462 €        |
| Corner Lux. Erdgeschoss       | 1.725 €                                            | 2.485 €        | 3.111 €                                             | 4.439 €        | 4.621 €                                             | 6.565 €        | 5.967 €                                             | 8.462 €        |
| Corner Lux. Obergeschoss      | 1.867 €                                            | 2.769 €        | 3.374 €                                             | 4.965 €        | 5.015 €                                             | 7.354 €        | 6.478 €                                             | 9.485 €        |
| <b>01.05. – 31.07.2027</b>    | Doppelbelegung                                     | Einzelbelegung | Doppelbelegung                                      | Einzelbelegung | Doppelbelegung                                      | Einzelbelegung | Doppelbelegung                                      | Einzelbelegung |
| <b>GRATISTAGE Sonderpreis</b> | <b>7 = 6</b>                                       | <b>7 = 6</b>   | <b>14 = 11</b>                                      | <b>14 = 11</b> | <b>21 = 17</b>                                      | <b>21 = 17</b> | <b>28 = 23</b>                                      | <b>28 = 23</b> |
| Classic Zimmer                | 1.060 €                                            | 1.330 €        | 1.865 €                                             | 2.283 €        | 2.832 €                                             | 3.427 €        | 3.799 €                                             | 4.571 €        |
| Deluxe Zimmer                 | 1.182 €                                            | 1.573 €        | 2.089 €                                             | 2.730 €        | 3.177 €                                             | 4.117 €        | 4.266 €                                             | 5.505 €        |
| Suiten                        | 1.307 €                                            | 1.824 €        | 2.319 €                                             | 3.190 €        | 3.533 €                                             | 4.828 €        | 4.747 €                                             | 6.466 €        |
| Corner Lux. Erdgeschoss       | 1.307 €                                            | 1.824 €        | 2.319 €                                             | 3.190 €        | 3.533 €                                             | 4.828 €        | 4.747 €                                             | 6.466 €        |
| Corner Lux. Obergeschoss      | 1.429 €                                            | 2.068 €        | 2.542 €                                             | 3.636 €        | 3.878 €                                             | 5.518 €        | 5.213 €                                             | 7.400 €        |

**Die Preise beinhalten**

- ❖ Assistenz und Auto-Transfers vom/zum Flughafen COLOMBO
- ❖ Unterbringung in der Kategorie Ihrer Wahl
- ❖ Kurbegleitend Yoga- und Meditation in der Gruppe
- ❖ Täglich ca. 4 Ayurveda-Behandlungen nach ärztl. Anweisung
- ❖ Arztkonsultationen und Ernährungsempfehlungen
- ❖ Ayurvedische Vollpension; Kräuter-Tees
- ❖ Kurbegleitende ayurvedische Medikamente (falls benötigt)

**Die Preise beinhalten NICHT:**

- ❖ Ihre Flüge nach / von Sri Lanka; Flughafensteuern
- ❖ Spezial-Behandlungen, die Sie zusätzlich nehmen
- ❖ PRANIC HEALING Sitzungen
- ❖ Persönliche Ausgaben für Ausflüge, Telefon, Taxis...

\* **5% Frühbucher-Rabatt** wird noch abgezogen bei Buchung 75 Tage vor Anreise

\* abzgl. **5% Wiederholer-Rabatt** ab der 3./4. Wiederkehr; **7,5 % ab 5 Buchungen**

\* alle Rabatte gelten nur auf den Kurpreis, nicht auf die Transferkosten

Die Rabatte sind untereinander nicht kombinierbar, nur Frühbucher gilt immer!

**RESORT EINRICHTUNGEN & DIENSTLEISTUNGEN**

Rezeption mit Internet und E-Mail-Service, Geldwechsel und Ausflugs-Service; Wäscheservice, Bibliothek (auch deutschspr. Bücher), Fernsehzimmer, Fitnessraum; Boutique mit Souvenirs und traditioneller Herstellung von einheimischem Kunsthandwerk.

**RESTAURANT:** Als Kurgast genießen Sie im offenen Restaurant mit Blick über Pool und Garten schmackhafte, gesunde Mahlzeiten, entsprechend Ihrem Ernährungsplan.

**UNTERHALTUNG/SPORT/AUSFLÜGE:** Der weitläufige Garten lädt mit Pool, Ruhezonen und Sitzcken zum Entspannen ein. Damit die Kur nicht eintönig wird, ist auch für Unterhaltung gesorgt: Einmal wöchentlich haben Sie bei einer Vorführung Gelegenheit, den Ayurveda-Köchen über die Schulter zu schauen und Anregungen für den Alltag mitzunehmen. Fachreferenten oder die Ärzte informieren bei den wöchentlichen Vorträgen über die Wissenschaft der ayurvedischen Lehre.

Mehrmals wöchentlich gibt es ein abwechslungsreiches Abendprogramm u.a. mit traditionellen Tänzen und Musik. Innerhalb des Hotelbereichs ist täglich etwas los im Kunsthandwerkszentrum. Sie können die Handwerker beobachten oder selbst tätig werden!

**LAGE:** Das Heritance Maha Gedara liegt in Moragalla/Beruwela, an der Südwestküste Sri Lankas, am kilometerlangen Strand von Beruwela. Zum Flughafen Colombo sind es rund 90 km (ca. 2 - 2,5 Std. Fahrzeit), zur Colombo City rund 60 km (ca. 1,5 Std.). Nach Beruwela sind es etwa 3km (5 Min. Fahrt).

**FAZIT:**

Das HERITANCE AYURVEDA MAHA GEDARA bietet Erholung und Regeneration in einer komfortablen, aber auch behaglichen Umgebung. Die authentische, ernsthafte Ayurvedakur, die einzigartige Lage am Meer und die liebevolle Gastfreundschaft machen diese Anlage zu einem Tipp für Ayurvedagäste, die eine moderne, gehobene Ausstattung schätzen, und diese den Resorts im traditionellen Baustil vorziehen.

