KUREN VOM SPEZIALISTEN

GECCO-TOURS

SRI LANKA



Das kleine aber feine **Amandro Resort** empfängt Sie nahe der Südwest-Küste Sri Lankas**.** Die Villa ist in einen wunderbaren, tropischen Garten eingebettet, der neben einem kleinen Pool auch einen Meditationsplatz als Rückzugsort bietet. Das Meer mit seinem malerischen Strand ist nur eine kurze Tuk-Tuk-Fahrt entfernt.
Sie bekommen hier eine effektive Ayurveda Kur, die auf Ihre persönlichen gesundheitlichen Probleme abgestimmt wird. Hervorzuheben sind hier auch die deutschsprachige Gästebetreuung und das deutsch/singhalesische Management. Auch das Team ist vorwiegend deutschsprachig, was das Kurerlebnis für einige Gäste aufwertet.

UNTERKUNFT



Das Amandro Resort ist mit seinen 8 Zimmern zwar eine kleine, aber dennoch gut ausgestattete Anlage. Die Ausstattung umfasst Klimaanlage, Deckenventilator, Moskitonetz, Safe, Minibar, Trinkwasser, Schreibtisch, WiFi-Zugang; Hygiene- und Pflegeprodukte, Föhn, Bademäntel, Handtücher. Hochwertige Matratzen garantieren einen angenehmen Schlaf. Sie können wählen unter Zimmer im Erdgeschoss & Terrasse oder 1.Stock & Balkon
DELUXE-ZIMMER (4), (25-30 qm): klimatisiert, Garten- oder Poolblick
DELUXE PREMIUM-ZIMMER (4), (ca. 35 qm): klimatisiert

THERAPIEZENTRUM



In einem separaten Haus befindet sich der Kur- und Behandlungsbereich. Neben Räumen zur Massage befindet sich hier auch das Dampf- und Kräuterbad. Die Arztkonsultationen finden in einem großen privaten Besprechungszimmer statt. Dort werden Konsultationen, Untersuchungen, Puls-, Gewicht- und Blutdruckkontrollen durchgeführt, woraus für jeden Gast **individuelle Kurprogramme** zusammengestellt werden. Das Ärzte-Team von Amandro ist hochqualifiziert. Dr. G. K. W. Nirosha Damayanthi ist die Hausärztin der Anlage und 24 Stunden vor Ort. Sie hat über 22 Jahre Erfahrung, verfügt außerdem über ein Akkupunkturdiplom und spricht Englisch.

AYURVEDA-BEHANDLUNGEN



Die individuelle Behandlung steht im Amandro Resort im Vordergrund. Daher wird in der Erstkonsultation ein persönlicher Behandlungs-, Yoga- und Ernährungsplan festgelegt. Täglich wird der Kurverlauf kontrolliert und gegebenenfalls angepasst. Beim Abschlussgespräch erhalten Sie einen Ernährungsplan und eine Beratung für die Erhaltung der körperlichen Gesundheit zuhause. Im Amandro-Resort wird Ihre Behandlung auf dem klassischen Prinzip der Panchakarma-Kur aufgebaut. Als Diagnoseverfahren werden klassischerweise die Pulsdiagnose, Körpertypdiagnose, Aurikulardiagnose und Zungendiagnose angewandt. Die Anlage spezialisiert sich auf Patienten mit Allergien, Arthrose, Rheuma und weiteren Autoimmunerkrankungen, Schlafstörungen, Psychische Erkrankungen, Nervositäts- und Angststörungen, Burnout, Bluthochdruck, Diabetes, Parkinson, Asthma und Chronische Herz-, Nieren und Lebererkrankungen. Neben dem medizinisch empfohlenem Mindestaufenthalt von 14 Nächten, bietet die Anlage auch kürzere Schnupperkuren an.



YOGA ist im Kurpaket enthalten, an 4 Tagen pro Woche bei Sonnenuntergang, in der Yogahalle im ersten Stock mit Blick auf den Fluss. Dabei wird das traditionelle Hatha Yoga praktiziert, zusammen mit Pranayama (Atemübungen) und Surya Namaskar (Sonnengruß). Qualifizierte Yoga-Lehrer unterrichten im Wechsel während Ihrer Kur. Je nachdem welche Teilnehmer anwesend sind, wird der Kur nach Talent und Flexibilität angepasst. (private Yoga-Stunden auf Anfrage)

MEDITATION: Eine Besonderheit im AMANDRO RESORT sind die buddhistischen Rituale und Meditationen. Diese können Sie dabei unterstützen, neue Wege zu entdecken und mit Kraft und Stärke in den Alltag zurückzukehren.

AMANDRO RESORT €-Kurpreise pro Pers.: Frühlings-Angebot: 01.04. - 31.05.27 / Sommerangebot: 01.06. - 31.08.2027 (wurde bereits abgezogen)

AYURVEDA KURPAKET	7 Nächte Kurpaket inkl. Vollpension & Transfers		14 Nächte Kurpaket inkl. Vollpension & Transfers		21 Nächte Kurpaket inkl. Vollpension & Transfers		28 Nächte Kurpaket inkl. Vollpension & Transfers	
01.12.26 – 31.03.27	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Deluxe Zimmer	925 €	1.220 €	1.765 €	2.270 €	2.520 €	3.150 €	3.360 €	4.200 €
Deluxe Premium	1.030 €	1.325 €	1.975 €	2.480 €	2.835 €	3.465 €	3.780 €	4.620 €
01.04.27 - 30.04.27	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Deluxe Zimmer	925 €	1.220 €	1.345 €	1.745 €	1.890 €	2.363 €	2.520 €	3.150 €
Deluxe Premium	1.030 €	1.325 €	1.503 €	1.903 €	2.126 €	2.599 €	2.835 €	3.465 €
01.05.27 - 31.05.27	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Deluxe Zimmer	890 €	1.185 €	1.293 €	1.693 €	1.896 €	2.454 €	2.415 €	3.045 €
Deluxe Premium	995 €	1.290 €	1.450 €	1.850 €	2.133 €	2.690 €	2.730 €	3.360 €
01.06.27 – 31.08.27	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Deluxe Zimmer	890 €	1.185 €	1.212 €	1.591 €	1.776 €	2.302 €	2.254 €	2.842 €
Deluxe Premium	995 €	1.290 €	1.359 €	1.738 €	1.996 €	2.522 €	2.548 €	3.136 €
01.09.27 – 31.10.27	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Deluxe Zimmer	890 €	1.185 €	1.695 €	2.200 €	2.415 €	3.045 €	3.220 €	4.060 €
Deluxe Premium	995 €	1.290 €	1.905 €	2.410 €	2.730 €	3.360 €	3.640 €	4.480 €
01.11.27 – 30.04.28	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung	Doppelbelegung	Einzelbelegung
Deluxe Zimmer	995 €	1.290 €	1.905 €	2.410 €	2.815 €	3.530 €	3.725 €	4.650 €
Deluxe Premium	1.100 €	1.395 €	2.115 €	2.620 €	3.130 €	3.845 €	4.145 €	5.070 €

Die Preise beinhalten:

- Transfers von/zum Flughafen COLOMBO
- Übernachtungen & Ayurvedische Vollpension
- Tägl. Kur-Anwendungen ca. 2 Std
- Tägl. Arztkonsultationen; Ernährungsberatung
- Ayurvedische, kurbegleitende Medikamente
- pro Wo.: 4xYoga; 1x Meditation
- Wi-Fi Internet
- Insolvenzversicherung des Veranstalters

Die Preise beinhalten NICHT:

- Ihre Flüge nach / von Sri Lanka; Flughafensteuern
- Kurverlängernde Medikamente für zuhause
- Getränke außerhalb des Kurangebots
- Ausflüge, die Sie selbst vor Ort machen
- Persönliche Ausgaben für Trinkgelder, Telefon, Taxi, usw.

CHECK-IN: ab 14 Uhr CHECK-OUT: bis 11 Uhr

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

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

RESORT EINRICHTUNGEN & DIENSTLEISTUNGEN







Rezeption mit Ausflugservice • Geldwechsel- und Kreditkartenservice • deutsch/englisch sprachiges Personal • WiFi Internet kostenlos • Swimmingpool mit Liegen • Nichtraucher-anlage, aber mit ausgewiesenem extra Raucherbereich • 24h-Hausarzt-Service • Bibliothek und Spielebereich mit WiFi

RESTAURANT: Zu neunzig Prozent ayurvedisch-vegetarisch • Regionale Spezialitäten nach ärztlichen Anweisungen • Frisch, saisonal und regional • Eigener Obst- und Gemüseanbau • Vegane Speise oder bestimmte Allergien bitte im Voraus anmelden. Tägliche Mahlzeiten: Frühstück von 07:00 bis 09:00 Uhr; Mittagessen von 12:30 bis 14:00 Uhr; Abendessen von 18:30 bis 20:00 Uhr. Besichtigung des hauseigenen Gartens mit Personal möglich • Unter anderem werden hierzu auch Kochvorführungen angeboten.

UNTERHALTUNG / AUSFLÜGE: Kleine Touren sind an der Rezeption buchbar, z.B. Exkursionen zum Moragalla-Strand, Kandevihare Tempel, Althugama City- und Shoppingtour, Stadtrundgang durch Beruwela, Trips zu Tempeln, Wasserfällen, Schildkrötenfarmen und traditionellen Handwerksstätten, Erkundung der Umgebung mit dem Taxi/Tuk-Tuk, Ausflüge zum Strand, zu nahegelegenen Märkten oder buddhistischen Klöstern.

LAGE: Das Amarando Resort liegt an der Süd-Westküste Sri Lankas, nahe der Kleinstadt Althgama, etwa 1,5 Stunden südlich vom Flughafen in Colombo entfernt. Es liegt am mangrovenreichen Bentota Fluss, etwa 2 Kilometer vom Indischen Ozean und dem Moragalla-Sandstrand entfernt.

FAZIT:

Das Amandro Resort bietet mit seinem kleinen, aber exklusiven, familiären Charakter einen optimalen Rückzugsort inmitten der tropischen Natur Sri Lankas für kleinere Gruppen oder Einzelgäste. Durch die überschaubare Größe der Anlage wird für die Gäste eine sehr persönliche Ebene geschaffen, die den Kuralltag sympathisch, locker gestaltet.
Dabei wird dennoch ein sehr hoher Anspruch auf den medizinischen Faktor der Kur gelegt. Besonders heraus sticht das spirituelle Angebot der buddhistischen Lehren in dieser inhabergeführten Anlage.