AYURVEDA & YOGA TRAVEL



Hotel SwaSwara

Körper, Seele und Geist in ihren Rhythmus bringen

Möchten Sie sich eine Weile aus dem Alltagsleben zurückziehen? Das SwaSwara bietet die passenden Bedingungen: Neben einer Ayurveda-Kur geniessen Sie Meditationen, Yogastunden, gesundes Essen, den gepflegten Garten und, wenn Sie mögen, üben Sie sich im Malen und Töpfern. Übrigens, SwaSwara bedeutet «mein eigener Rhythmus» und passt perfekt. Nicht zuletzt, weil die Lage des Resorts ideal ist, um Körper, Seele und Geist (wieder) in ihren Rhythmus zu bringen.

AUF EINEN BLICK

Ganzjährig buchbar

ab CHF 2'910.- Saisonpreise

Ayurveda Hotel

- Inmitten eines grossen tropischen Gartens
- Auf einer Anhöhe oberhalb des berühmten "Om–Beaches"
- Grosses Yoga- und Meditationsprogramm
- Ideal, um sich ganz bewusst eine Weile aus dem Alltagsleben zurückziehen und um Zeit und Musse für sich zu haben
- Ayurveda–Kuren in Kombination mit Meditation, Yoga, gesunder Ernährung und Kunsttherapie

Reiseroute



Unsere Meinung

Das SwaSwara ist eine ruhige Oase für Menschen, die hier wieder ihren „eigenen Rhythmus“ finden wollen. Dabei unterstützt werden sie von der herrlichen Natur und – als einzige ablenkende Geräusche – den Wellen des Meeres. Einzigartig im SwaSwara: neben den professionellen Ayurveda-Kuren bietet es künstlerisch veranlagten Gästen im „Kunsthaus“ die Möglichkeit, ihre Kreativität beim Malen, Zeichnen oder Töpfern auszuleben.

Im Preis inbegriffen

- Linienflug in Economyklasse nach Goa und retour inkl. Taxen
- Transfer vom Flughafen Goa Dabolim oder Goa Manohar zum Hotel und retour
- Unterbringung gemäss Buchung
- Ayurvedisch-vegetarische Vollpension
- Ayurveda-Kur Rejuvenation oder Detox
- Yoga
- Informationsmaterial zu Ayurveda-Kuren
- Beitrag für Klima- und Naturschutz (CHF 25.-)

Im Preis nicht inbegriffen

- Visum Indien
- Persönliche Ausgaben und Trinkgelder
- Aufpreis, falls die kalkulierte Flugklasse nicht mehr verfügbar ist

Hinweise

Ökologisches Engagement
Zur Anlage gehören drei künstliche Seen, in denen in der Regenzeit das Wasser gesammelt wird. Dieses Wasser wird im SwaSwara aufbereitet und verwendet. Die hoteleigenen Gemüsefelder werden biologisch bewirtschaftet.

Angebot Ayurveda-Kuren im Hotel SwaSwara
Das Hotel SwaSwara bietet die Ayurveda-Kur "Rejuventation" auch mit zwei Behandlungen pro Tag an. Auch eine "Schnupper-Ayurveda-Wellbeing-Kur" ab 1 Woche ist buchbar, Details dazu finden Sie unter der Rubrik Yoga-Reisen bei “Wellbeing im Hotel SwaSwara”. Bei der Detox- und Panchakarma-Kur wird die Entgiftung des Körpers durch die tägliche Einnahme von "Ghee" (geklärte Butter) unterstützt. Beim Rejuvenation-Programm wird kein Ghee eingenommen. Wir beraten Sie gerne über die verschiedenen Kur-Möglichkeiten im Hotel SwaSwara.

Yoga
Vor Ort besteht die Möglichkeit, Privatlektionen zu buchen.



