



**Индия:**

# Аюрведа в AyurSoma Ayurveda Royal Retreat

*Ковалам (Керала)*

Индивидуальный аюрведический тур

*Код тура: ATI\_02*

*Даты тура:* 15.02.2022 - 30.04.2022

Продолжительность: 7 ночей | 14 ночей | 21 ночь

---

Менеджер тура

**Анастасия**

e-mail: [nastya.avikotour@gmail.com](mailto:nastya.avikotour@gmail.com)

tel.: +38 (066) 783-35-02

# Аюрведа

Аюрведа («знание жизни», «наука жизни», или «знание продолжительности жизни») - система альтернативной медицины с историческими корнями в Индии. Аюрведа - искусство и наука жить - основывается на систематическом подходе, который заключается в использовании всего, что даёт природа (продукты питания, лекарственные растения, цветные металлы, драгоценные камни, звуки) не только для победы над болезнью, но и для постоянного укрепления здоровья человека.

При лечении аюрведическими методами используется три вида медикаментов: вещества растительного и животного происхождения, а также минералы, включая драгоценные и полудрагоценные камни и металлы (в том числе золото, серебро, свинец, ртуть, олово и пр.)

Вещества растительного происхождения, использующиеся в аюрведе, произрастают на индийском субконтиненте или Гималаях.

Лекарства назначаются с учётом их вкуса (раса), свойств (гуна), силы воздействия (вирья), ощущения после их усвоения (випака), а также их специфического действия (прабхава). Важную роль в лечении болезней играет диета.

Для устранения дисбаланса дош применяют пять различных процедур, или методов очистки, которые указаны в текстах древнеиндийской медицины и предписаны для небольшого количества болезней, а также для периодической сезонной чистки. Эти пять процедур более известны как панчакарма («панча-карма» - «пять действий»). Курс панчакармы обычно включает краткосрочное диетическое питание, массаж, применение трав. Может включать слабительные, ванны, приёмы повышения потоотделения, клизмы, содержащие лекарственные вещества, чистку носовых пазух.

**ВАЖНО! Никакие процедуры не проводятся если у пациента:** лихорадка любых типов; инфекционные заболевания в активной фазе; менструации; туберкулез, ВИЧ, СПИД, высыпания герпеса; патологическое ожирение/истощение; болезни в стадии декомпенсации; открытые раны; рак кожи; алкогольное, наркотическое опьянение; острый геморрой, 3,4 стадия хронического геморроя, язвенный колит; лактация; беременность; заболевания пищеварительного тракта в активной фазе; послеоперационный период до 3 мес., послеродовой период до 3 мес., острый инфаркт миокарда, инсульт, от начала развития которого прошло менее шести месяцев; состояние после вакцинации (менее 10-14 дней); дети в возрасте до 10 лет; тяжелые коагулопатии (нарушения свёртываемости крови); психические заболевания в активной фазе.



## ***AyurSoma Ayurveda Royal Retreat***

Керала известна своим природным и культурным наследием, поэтому

Аюр Сомма был построен в стиле, сохраняющем уникальные традиции Страны Бога. Изюминкой Ayur Soma являются номера, которые были спроектированы специально для комфорта и королевской атмосферы, с просторными комнатами, резными деревянными потолками, резными дверями, окнами и деревянными балконными перилами. Привлекательным здесь является зал для медитаций, одна из стен которого сделана из решетчатого дерева, что является замечательной частью дворцового дизайна, придавая ему идеальное сходство с королевским дворцом. Эти деревянные остроконечные окна были культовой частью дворцов и храмов Кералы.

Аюрведическое лечение в Аюрсоме дополняется возможностью узнать о собственном теле с особой заботой и вниманием. Группа преданных своему делу врачей назначена для консультации и наблюдения за ходом вашего лечения. Они также направят вас в вашу диету и режим упражнений, основанный на индивидуальных типах телосложения. Используемые лекарства в основном производятся в Аюрсоме, и лишь немногие добываются из леса. В самой собственности можно увидеть более 2000 разновидностей травяных растений.

**Омоложение / Очищение тела / Иммунизация / Управления стрессом / Антивозрастной / Похудение / Ухода и красота/ Уход за позвоночником и шей/ Лечение псориаза включает / Аюр-йога-ретрит - Классический ретрит хатх-йоги с пакетом аюрведы (омоложение / очищение тела)**

- 1) проживание
- 2) аюрведические процедуры в соответствии с пакетом
- 3) полный пансион аюрведического вегетарианского питания
- 4) трансфер от/до аэропорта (Тривандрам)
- 5) ежедневная йога и медитация
- 6) одно путешествие по заводи на полдня лодке (только при бронировании пакета на 14 дней и более)
- 7) русскоязычный переводчик

**Ретрит Шанти Йоги - Классические Пакеты Ретрита Хатх Йоги (Исключая Аюрведическое Лечение) включает**

- 1) проживание
- 2) программа ретрита по йоге и медитации
- 3) полный пансион аюрведического вегетарианского питания
- 4) трансфер из аэропорта (Тривандрам)
- 5) ежедневная йога и медитация
- 6) один полудневный тур по заводи (только для пакетного бронирования на 14 дней и более)
- 7) русскоязычный переводчик

Стоимость за номер:

<b>Пакеты Омоложение / Очищение тела / Иммунизация</b>				
Категория номера	7 ночей		14 ночей	
	SGL	DBL	SGL	DBL
Hill View Palace Deluxe	EUR 1620	EUR 2415	EUR 3240	EUR 4830
Palace Deluxe	EUR 1920	EUR 2745	EUR 3845	EUR 5490
Yuvraja Royal Junior Suite	EUR 2060	EUR 2910	EUR 4120	EUR 5820
Maharaja Royal Suite	EUR 2225	EUR 3075	EUR 4445	EUR 6150
Dhanwanthari Heritage Deluxe	EUR 2745	EUR 3705	EUR 5490	EUR 7410
Dhanwanthari Heritage Pool Villa	EUR 4800	EUR 6040	EUR 9605	EUR 12075

<b>Программа похудения/ Программа ухода за красотой/ Уход за позвоночником и шей/ Лечение псориаза</b>				
Категория номера	14 ночей		21 ночь	
	SGL	DBL	SGL	DBL
Hill View Palace Deluxe	EUR 3460	EUR 5270	EUR 5190	EUR 7905
Palace Deluxe	EUR 4065	EUR 5930	EUR 6095	EUR 8890
Yuvraja Royal Junior Suite	EUR 4065	EUR 6260	EUR 6505	EUR 9385
Maharaja Royal Suite	EUR 4665	EUR 6585	EUR 6995	EUR 9880
Dhanwanthari Heritage Deluxe	EUR 5710	EUR 7850	EUR 8560	EUR 11775
Dhanwanthari Heritage Pool Villa	EUR 9825	EUR 12515	EUR 14735	EUR 18770

**Программа управления стрессом / Антивозрастная**

Категория номера	14 ночей		21 ночь	
	SGL	DBL	SGL	DBL
Hill View Palace Deluxe	EUR 3570	EUR 5490	EUR 5350	EUR 8235
Palace Deluxe	EUR 4175	EUR 6150	EUR 6260	EUR 9230
Yuvraja Royal Junior Suite	EUR 4445	EUR 6475	EUR 6670	EUR 9715
Maharaja Royal Suite	EUR 4775	EUR 6805	EUR 7165	EUR 10210
Dhanwanthari Heritage Deluxe	EUR 5820	EUR 8070	EUR 8725	EUR 12105
Dhanwanthari Heritage Pool Villa	EUR 9935	EUR 12735	EUR 14900	EUR 19095

**Ретрит Шанти Йоги - Классические Пакеты Ретрита Хатх Йоги  
(Исключая Аюрведическое Лечение)**

Категория номера	7 ночей		14 ночей	
	SGL	DBL	SGL	DBL
Hill View Palace Deluxe	EUR 1455	EUR 2085	EUR 2910	EUR 4175
Palace Deluxe	EUR 1755	EUR 2415	EUR 3515	EUR 4830
Yuvraja Royal Junior Suite	EUR 1895	EUR 2580	EUR 3790	EUR 5160
Maharaja Royal Suite	EUR 2060	EUR 2745	EUR 4120	EUR 5490
Dhanwanthari Heritage Deluxe	EUR 2580	EUR 3375	EUR 5160	EUR 6750
Dhanwanthari Heritage Pool Villa	EUR 4640	EUR 5710	EUR 9275	EUR 11415

**Аюр-йога-ретрит - Классический ретрит хатх-йоги с пакетом аюрведы  
(омоложение / очищение тела)**

Категория номера	7 ночей		14 ночей	
	SGL	DBL	SGL	DBL
Hill View Palace Deluxe	EUR 1895	EUR 2965	EUR 3790	EUR 5930
Palace Deluxe	EUR 2195	EUR 3295	EUR 4390	EUR 6585
Yuvraja Royal Junior Suite	EUR 2335	EUR 3460	EUR 4665	EUR 6915
Maharaja Royal Suite	EUR 2495	EUR 3625	EUR 4995	EUR 7245
Dhanwanthari Heritage Deluxe	EUR 3020	EUR 4255	EUR 6040	EUR 8505
Dhanwanthari Heritage Pool Villa	EUR 5080	EUR 6585	EUR 10155	EUR 13175

**Дополнительно оплачивается:**

- Международный авиаперелет
- Виза в Индию
- Международная мед. страховка
- Все прочие расходы, не указанные в программе