

DETOX Y REJUVENECIMIENTO EN SRI LANKA

Ayurveda, Yoga y Placer en un lujoso Resort a orillas del mar

15-30 de Julio 2017. Reservas SOLO hasta el 1 Abril

Qué es: Unas verdaderas vacaciones que conjugan salud y bienestar psico-físico, desintoxicación y rejuvenecimiento ayurvédico, yoga y meditación, placer para los sentidos, comida sana y sabrosa, playas bellísimas y un país excepcional cargado de cultura, tradición y sabiduría.

Dónde: En el Resort Ayurvédico de lujo, Barberyn Beach, en Welligama, Sri Lanka. Varias veces galardonado por el gobierno cingalés, por su excelencia en los servicios, instalaciones y tratamientos ayurvédicos. Ha sido colaborador de Padmasana Center desde hace 10 años y un centro recomendado por Ramiro Calle, donde se ha alojado en varias ocasiones.

Cúando: **Del 15-30 de Julio 2017.** Teniendo que reservar **antes del 1 de Abril.**

Quién organiza: Padmasana Center. Centro especializado de Yoga y Ayurveda desde hace una década, con sede en Madrid y que colabora con el resort cingalés todos estos años, gestionando las reservas de los amantes del ayurveda y la salud holística españoles. Su Directora Violeta Arribas se encarga de las reservas en el resort personalmente.

Por qué: Muchos de nuestros alumnos y pacientes del centro, desean ir al Barberyn pero no tienen con quien disfrutar de esas vacaciones de placer y salud; por un lado resulta más caro ir solo que compartir habitación, por otro lado siempre es más estimulante tras las terapias, clases, etc, poder compartir el tiempo libre con personas de tu país. Por eso hemos ideado este viaje, para organizar un grupo y poder quien lo desee compartir habitación con otro interesado, y ahorrarse más de 400 € en el alojamiento.

Para quién: Para todos aquellos que deseen invertir 15 días, en su salud física y mental, realizando una depuración completa según los principios ayurvédicos, sin renunciar al placer, el disfrute de los sentidos, la relajación y desconexión verdadera, el ocio, la cultura y el mar. Especialmente interesante para los que no les apetezca viajar solos o no encuentren a alguien en su entorno que comparta estas inquietudes, siendo válido por supuesto también para parejas y familias, aunque estos pueden optar a reservas en fechas diferentes que más les convengan.



Qué Incluye: Hospedaje en lujosas y amplias habitaciones dobles con vistas al mar y todas las Comidas: Desayuno, Almuerzo y Cena, Té o Jugos de Fruta en la mañana y en la tarde. Consulta Regular con el médico Ayurveda. Tratamientos Ayurveda diarios (casi 3 horas) según prescripción del médico, que incluyen entre otras terapias: - Decocciones frescas de plantas - Inhalación de Hierbas medicinales. - Masajes de cabeza y cara. - Masajes sincronizados (a 4 manos) por todo el cuerpo con aceites herbales. - Saunas de vapor de plantas medicinales, jacuzzi herbal, shirodharas, mascarillas, acupuntura, etc. También incluye: -Clases de Yoga y Meditación diarias, -Conferencias, -Clase de cocina, -Excursiones a los alrededores, -Traslados Aeropuerto. Uso ilimitado de la piscina, la biblioteca, zonas comunes y playas. También incluye la medicación durante y después de la estancia.



Cúanto cuesta: Los 14 días, Habitación compartida "Classic" en Todo Incluido+ Tratamientos Ayurveda diarios: **1837,50 €** . (55 € más si se prefiere habitación "Deluxe" compartida y 264 € más si prefiere "Classic" individual y estar solo). Billete de avión aparte, unos 650 € aprox. Los billetes se sacarán a primeros de Abril, para obtener una tarifa económica. Padmasana no solo no añade coste a las tarifas del Resort, sino que le supone un ahorro a las personas que van solas pero quieren compartir habitación. Además regala un masaje ayurveda en Madrid al regreso del viaje.

Cómo es un día allí. Un sueño: Descanso, masajes, playa y piscina, comida ecológica, yoga, monjes budistas que te enseñan a meditar, excursiones, jardines tropicales llenos de monos, camaleones, aves exóticas, flores y plantas preciosas, estanques con peces..., **¿Quieres verlo?, hicimos un vídeo allí donde entrevistamos a la Directora y grabamos todas las instalaciones y actividades; pon en Youtube: Padmasana Center y Barberyn beach, o el enlace:**

www.youtube.com/watch?v=QCP3SQKbYBA&t=1264s. Web Barberyn: <http://www.barberynresorts.com/spain/beach/>

Que he de hacer para Reservar mis vacaciones: Escribir mail a Violeta Arribas: violeta@padmasanacenter.com o llamar al **620325071**, para ampliar info. Abonar 500 € para reservar plaza y el 1 de Abril abonar el importe del billete de avión.

Qué más necesito para viajar y otras cosas que debo saber. Pasaporte vigente hasta Septiembre, nivel de inglés básico. Visado online, Padmasana le ayuda a cumplimentarlo y envía un dossier de completa información útil de sri lanka, el ayurveda, el clima, vacunas, etc. El 15 de Junio se abona la totalidad de la reserva. Ninguna persona de Padmasana Center viajará con los interesados es el personal de Barberyn quien se encarga de sus vacaciones. Web de Padmasana: www.padmasanacenter.com

¿Puedo ir en otras Fechas? Por supuesto Padmasana gestiona reservas en Barberyn los 365 días del año.

