

# Ayurveda in Sri Lanka

mit Qatar Airways ab Deutschland + Österreich  
gültig 01.01. - 31.10.2019



## Amba Ayurveda Boutique Hotel 4\*

In der Nähe von Balapitiya im Südwesten Sri Lankas befindet sich das Amba Ayurveda Boutique Resort. Transferzeit vom Flughafen Colombo ca. 2 Std., nach Galle ist es ca. 1 Std. und zum Strand etwa 1 Minute. Das Boutique Resort bietet überwiegend Ayurveda-



Arrangements im präventiven Bereich an. Durch die moderne Architektur, den westlichen Standard und eine deutschsprachige Gästebetreuung eignet sich das Resort auch für Gäste, die sich erst an das Thema Ayurveda herantasten wollen.

So wohnen Sie:

Das exklusive Resort bietet mit seinen 10 Zimmern familiäre Atmosphäre: 7 Superior Zimmer im 1. Stock (ca. 58 qm), das Deluxe Penthouse (ca. 56 qm), die Garden Villa (ca. 93 qm) mit überdachter Terrasse im tropischen Garten und die Penthouse Suite (ca. 98 qm) mit



zwei getrennten Schlafräumen/Bädern, Küche, Wohnbereich und großzügiger Terrasse mit eigenen Sonnenliegen. Alle Räume sind hochwertig und mit Liebe zum Design ausgestattet. Sie verfügen über Balkon bzw. Terrasse, WLAN, Klimaanlage, Deckenventilator, Mini-Kühlschrank, Sat.-TV, Safe, Regendusche, Naturlatex-Matratze, Fön und ayurvedische Pflegeprodukte. Das



Management legt großen Wert auf geschmackvolle und komfortable Zimmer, weitgehend ausgestattet nach umweltfreundlichen Prinzipien.

Das Restaurant ist eine zusätzliche Augenweide. Aus frischen, lokalen Produkten werden ayurvedische Gerichte nach Empfehlungen des Arztes individuell zubereitet und serviert. Alle Gäste sind eingeladen, die offene Küche zu besuchen.

### Klassisches Ayurveda

Ausgesprochen geschmackvoll präsentiert sich das Ayurveda-Zentrum und lässt keinerlei Berührungsängste zu. Hier fühlt man sich automatisch wohl. Nach einer ausführlichen Eingangsuntersuchung wird der Behandlungsplan ausgearbeitet und dadurch Art und Umfang der Behandlungen festgelegt. Dies können sein: Ayurveda-Medikamente, Ernährungsberatung, Kopfmassagen, Gesichtsmassagen, Ganzkörper-Synchronmassagen, Intensivmassagen, Öl-Kräuterreismassagen, Ölstrahl-, Kopfbehandlungen, Darmreinigung, Nasen-Stirnhöhlenreinigung, Kräuterinhalationen, Kräuter-Dampfbäder, Kräuterbäder und das Blütenbad. Je nach Schwerpunkt werden Yoga und Meditation kurunterstützend angeboten. Geführt wird das Ayurveda-Zentrum von einer Ayurveda-Ärztin mit langjähriger Erfahrung. Die Anwendungen werden von einem eingespielten Therapeutenteam ausgeführt, das eine mehrjährige Ausbildung genossen hat. Die deutschsprachige Gästebetreuung hilft bei Übersetzungen.

Sie wählen aus 3 einmaligen Ayurveda Erlebnissen aus:



### Ayurveda Pure & Panchakarma:

- \* 3 Beratungsgespräche mit dem Ayurveda Arzt
- \* 5 - 6 Behandlungen pro Tag
- \* Vollpension (ayurvedische Mahlzeiten abgestimmt auf Ihr Dosha)
- \* täglich Yoga oder Meditation

empfohlener Aufenthalt:  
mind. 13 Nächte

### Ayurveda Spirit:

- \* 2 Beratungsgespräche mit dem Ayurveda Arzt
- \* 4 Behandlungen pro Tag
- \* Vollpension (ayurvedische Küche, auf Wunsch europ. Gerichte)
- \* täglich Yoga oder Meditation pro 3 gebuchte Nächte
- \* 1 Ausflug pro 2 gebuchte Nächte

empfohlener Aufenthalt:  
mind. 6 Nächte



### Ayurveda Skeptic:

- \* 1-2 Behandlungen pro Tag
- \* Vollpension (ayurvedische Küche, auf Wunsch europ. Gerichte)
- \* 1 Ausflug pro 2 gebuchte Nächte

empfohlener Aufenthalt: 4 Nächte

### Weitere Leistungen inklusive:

- \* Flug mit Qatar Airways ab/bis München, Frankfurt, Berlin, Wien
- \* deutsche/österr. Flughafenst., Sicherheitsgeb., deutsche/österr. Luftverkehrsst., Kerosinzuschlag (Stand: JAN 2019)
- \* Transfers ab/bis Colombo Flughafen zum Hotel
- \* 7 Nächte Ayurveda Paket wie oben beschrieben mit allen Behandlungen und ayurvedische Vollpension
- \* Sicherungsschein gemäß Reiserecht von LOGO! Reisen

Preise pro Person gültig 01.01. - 30.04.2019:

	DZ	EZ
Superior Zi. / Garten Villa	ab 1.887 €	ab 2.065 €
Deluxe Penthouse	ab 1.895 €	ab 2.115 €
Penthouse Suite	ab 2.040 €	ab 3.232 €

Preise pro Person für Verlängerungsnacht

01.01. - 30.04.2019	DZ	EZ	Extra-Bett Erwachsener
Superior Zi. / Garten Villa	ab 138 €	ab 163 €	--
Deluxe Penthouse	ab 139 €	ab 170 €	ab 91 €
Penthouse Suite	ab 162 €	ab 324 €	ab 132 €

### Veranstaltung und Buchung:



LOGO! Reisen GmbH  
Der Fernost-Spezialist  
Rittersbacher Straße 84  
D-91126 Schwabach  
Tel. +49 (0)9122-5058 Fax -5834  
Email: urlaub@logo-reisen.de  
Internet: www.logo-reisen.de

## Heritage Ayurveda Maha Gedara 5\*

Das luxuriöse Resort liegt im Südwesten der Insel, direkt am traumhaften Strand von Beruwela. Das weitläufige Resort erwartet Sie mit einem



umweltfreundlichen, hellen Ambiente, in dem Ayurveda in komfortabler und entspannter Umgebung das zentrale Thema ist. Hier werden nur Ayurveda-Gäste und deren Begleitpersonen beherbergt. Flughafen-Transfer ca. 2-3 Std.

So wohnen Sie:

Die 64 komfortablen Zimmer mit Balkon bzw. Terrasse blicken zum Indischen Ozean mit seitlichem oder direktem Meerblick.

Zimmerauswahl: 16 Standard ca. 29 qm, 36 Deluxe ca. 40 qm und 5 Deluxe-Eckzimmer ca. 79 qm, im Erdgeschoss bzw. in den oberen Etagen. Die Deluxe Kat. bieten eine große Terrasse bzw. Balkon. 6 Suiten mit optisch getrenntem Wohn- und Schlafbereich, ca. 61 qm. Alle Zimmer sind mit Klimaanlage, Ventilator, Moskitonetz, Safe, Dusche/WC, Föhn, Bademantel, Yogamatten, Telefon ausgestattet. Kleiner Kühlschrank auf Anfrage. TV in Suiten und Eckzimmern.



Das offene Ayurveda-Restaurant bietet einen herrlichen Blick über Pool und Garten und gesunde Mahlzeiten vom Buffet oder als Menü im Einklang mit Ayurveda. Die Speisen werden unter Aufsicht der Ayurveda-Ärzte zubereitet. Die typische Ayurveda-Küche ist überwiegend vegetarisch, gelegentlich gibt es auch Huhn oder Fisch. Der Gast lernt welche Mahlzeiten, Kräuter und Gewürze für sein persönliches Dosha empfohlen werden.



Entspannung:

Ein schöner Swimmingpool lädt in der weitläufigen Gartenanlage mit Wasserspielen, Ruhebereichen und Sitzcken zur Erholung ein. Das Hotel verfügt über ein eigenes Meditations- und Yoga-Zentrum in dem Entspannung und Besinnlichkeit in friedlicher Atmosphäre groß geschrieben wird. Yoga findet ca. 1-2 Mal täglich, Meditation ca. 2 Mal pro Woche statt, bei schönem Wetter draußen am Pool.

Ayurveda-Center:

Das große Ayurveda-Zentrum nach dem eigenen Ayubowan Konzept („Lebe länger“) ist eine Oase der Ruhe. Eine einzigartige, beruhigende Atmosphäre zum Wohlfühlen erwartet Sie in den 24 Therapieräumen mit Wasserfontänen und einem



Teich. Authentische Ayurveda-Behandlungen werden mit naturreinen Ölen und Kräutern durchgeführt. Zum Wohlbefinden werden Kräuter-Dampfbäder und Kräuterbäder angeboten. Es steht ein qualifiziertes und erfahrenes Team an Ayurveda Ärzten und Therapeuten sowie deutschsprachige Übersetzer zur Verfügung. Zusätzlich kann ayurvedische Medizin eingesetzt werden, ist aber kein notwendiger Bestandteil der Kur. Wenn gewünscht werden auch Akupunktur-Behandlungen durchgeführt. Die Ayurveda-Apotheke steht mit Rat und Tat zur Seite.

Panchakarma Ayurveda Pakete:

- „Ayubowan“ Abnehm-Programm – Mind. Aufenth. 14 Tage
- „Ayubowan“ Entspannungs-Programm – Mind. Aufenth. 14 Tage
- „Ayubowan“ Verjüngerungs-Programm – Mind. Aufenth. 7 Tage

Tägliche Programme:

- \* mehrmals täglich diverse Ayurveda-Behandlungen, zugeschnitten auf die Verordnungen des Ayurveda-Ärzteams
- \* Vollpension, ayurvedische Mahlzeiten abgestimmt auf Ihr Dosha
- \* 5 x wöchentlich Yoga
- \* 1 x wöchentlich Meditation
- \* 1 x wöchentlich Kochvorführung
- \* 2 x wöchentlich Ayurveda-Einführung, Vortrag durch einen Dozenten, Spezialist für Kräuter und Gewürze / Ayurveda Arzt
- \* 4 x wöchentlich Abendprogramm (kulturelle Shows, orientalische Musik, Flötenmusik, Violinenmusik)

Weitere Leistungen inklusive:

- \* Flug mit Qatar Airways ab/bis München, Frankfurt, Berlin, Wien
- \* deutsche/österreich. Flughafenst., Sicherheitsgeb., deutsche/österreich. Luftverkehrsst., Kerosinzuschlag (Stand: JAN 2019)
- \* Transfers ab/bis Colombo Flughafen zum Hotel
- \* 7 Nächte Ayurveda Paket wie oben beschrieben mit allen Behandlungen und ayurvedische Vollpension
- \* Sicherungsschein gemäß Reiserecht von LOGO! Reisen

Preise pro Person gültig 11.01. - 31.03.2019:

Zimmerkategorien:	DZ	EZ
Classic	ab 2.173 €	ab 2.537 €
Deluxe	ab 2.283 €	ab 2.724 €
Luxuriöses Eckzimmer	ab 2.466 €	ab 3.089 €

Preise pro Person gültig 01.04. - 30.04.2019:

Zimmerkategorien:	DZ	EZ
Classic	ab 2.045 €	ab 2.353 €
Deluxe	ab 2.118 €	ab 2.538 €
Luxuriöses Eckzimmer	ab 2.301 €	ab 2.868 €

Preise pro Person gültig 01.05. - 31.10.2019:

Zimmerkategorien:	DZ	EZ
Classic	ab 1.884 €	ab 2.052 €
Deluxe	ab 1.979 €	ab 2.266 €
Luxuriöses Eckzimmer	ab 2.133 €	ab 2.581 €



LOGO! Reisen Tipp:

Verbinden Sie Ihre Ayurveda-Kur mit einer Rundreise durch die vielfältige tropische Insel oder unternehmen Sie kleine Tagesausflüge (je nach Lage des Ayurveda Hotels) während Ihrer Ayurveda Kur.

Weitere kleine und große, einfachere oder luxuriösere Ayurveda Hotels auf Sri Lanka schlagen wir Ihnen gerne auf Wunsch vor. Lassen Sie uns einfach wissen wie lange Sie kuren möchten, was Sie erleben möchten oder den Anlass Ihrer geplanten Kur. Wir beraten Sie gerne.

Veranstaltung & Buchung:

**LOGO**  
**REISEN**  
Der Fernost-Spezialist

LOGO! Reisen GmbH  
Der Fernost-Spezialist  
Rittersbacher Straße 84  
D-91126 Schwabach  
Tel. +49 (0)9122-5058 Fax 5834  
Email: urlaub@logo-reisen.de  
Internet: www.logo-reisen.de

Heal your  
**Body, Mind and Soul**  
@  
Siddhalepa Ayurveda Health Resort,  
Wadduwa, Sri Lanka





### Im traditionellen Ayurveda Paket inbegriffen:

Linienflug mit Qatar Airways ab/bis DE zum preiswertesten Tarif mit Steuern und Rail & Fly Ticket  
 Übernachtung mit ayurvedischer Kost  
 Ärztliche Untersuchung und Betreuung  
 Tägliche ayurvedische Anwendung (ca. 2,5 Std.), täglich 2 x Yoga  
 Kräutertee und ayurvedische Mittel  
 Besuch der Kräuterfarm (ab 7 Nächte Aufenthalt)  
 LOGO! Special: Transfers bei 14- und 21-tägigem Arrangement beinhaltet

### 6. Januar - 31. März 2019

#### Zimmer-Kategorie (EURO)

7 Nächte	
EZ - VP	EZ - VP
2175	1862
2206	1901
2332	1996
2472	2097

14 Nächte	
EZ - VP	EZ - VP
3379	2783
3439	2858
3677	3036
3945	3231

21 Nächte	
EZ - VP	EZ - VP
4543	3674
4629	3782
4978	4043
5438	4326

Superior Terrace
Superior Balkon
Deluxe Meerblick
Deluxe Suite

### 1. - 30. April 2019

7 Nächte	
EZ - VP	DZ - VP
2035	1761
2081	1792
2167	1854
2260	1932

14 Nächte	
EZ - VP	DZ - VP
3111	2591
3200	2649
3364	2769
3542	2918

21 Nächte	
EZ - VP	DZ - VP
4151	3391
4282	3477
4521	3652
4781	3869

Superior Terrace
Superior Balkon
Deluxe Meerblick
Deluxe Suite

### 1. Mai - 31. Oktober 2019

7 Nächte	
EZ - VP	DZ - VP
1613	1574
1644	1605
1730	1644
1839	1707

14 Nächte	
EZ - VP	DZ - VP
2307	2233
2366	2293
2531	2366
2739	2486

21 Nächte	
EZ - VP	DZ - VP
2978	2869
2604	2956
3608	3238
3303	3064

Superior Terrace
Superior Balkon
Deluxe Meerblick
Deluxe Suite

## Messespecial für CMT Stuttgart und FREE München 2019

### Information & Buchung



No. 861, Samanthara Road, Pothupitiya, Wadduwa, Sri Lanka.



LOGO! Reisen GmbH  
 Der Fernost-Spezialist  
 Rittersbacher Straße 84  
 D-91126 Schwabach  
 Tel. +49 (0) 9122-5058 Fax -5834  
 Email: [urlaub@logo-reisen.de](mailto:urlaub@logo-reisen.de)  
 Internet: [www.logo-reisen.de](http://www.logo-reisen.de)



“Arogya Parama Labha”  
Gesundheit ist das höchste Gut

# Āyubōwan

Wenn Sie der Hektik des Alltags und des modernen Lebens entfliehen wollen, entspannen und erholen Sie sich mit einigen wunderbaren Tagen der Verwöhnung und des Wohlbefindens im Siddhalepa Ayurveda Health Resort. Wunderschön inmitten tropischer Gärten entlang des malerischen südlichen Küstenstreifens in Wadduwa, Sri Lanka gelegen, stehen Sie vor dem funkelnden blauen Wasser des Indischen Ozeans.

Das Gesundheits-Resort ist als vier Sterne Resort ausgestattet. Unsere fünfzig (50) geräumigen Chalets mit modernen Einrichtungen tragen zu Ihrem komfortablen Aufenthalt bei. Jedes Zimmer ist mit einzigartigen Motiven aus Sri Lanka gestaltet, um Ihnen eine wirklich andere Erfahrung zu ermöglichen. Sie wählen aus Deluxe Bungalow, Superior Zimmer mit Terrasse / Balkon oder Superior Chalet aus. Jedes unserer Zimmer bietet Ihnen den besten Komfort und ist ausgestattet mit Klimaanlage, Deckenventilator, Schreibtisch, Wohnbereich, Sat-TV, eigenem Bad mit Warmwasser, Fön und IDD Telefon. Die Deluxe-Zimmer verfügen über einen 32-Zoll-LCD-TV mit einem Heimkino-System, ein großes Badezimmer mit Doppelwaschtisch, begehbare Regen-Dusche und eine große Luxus-Badewanne auf einem erhöhten Teak-Deck.



Saraca asoca

**Siddhalepa**  
**Ayurveda Health Resort**

861, Samanthara Road, Wadduwa, Sri Lanka.  
Tel: +94-38-2296967/70 Fax: +94-38-2296971  
E-mail: [leisure@siddhalepa.com](mailto:leisure@siddhalepa.com)  
Web: [www.siddhalepareort.com](http://www.siddhalepareort.com)

Wir bieten traditionelle Ayurveda-Programme zur Reinigung, zur Entgiftung und zur Regeneration von Körper, Geist und Seele. Wir fördern das allgemeine Wohlbefinden mit 100% natürlichen Ayurveda-Behandlungen, unter der Anleitung von erfahrenen Ayurveda-Ärzten. Ayurveda-Therapie-Pakete, die von einer Dauer von bis zu 4 Wochen angeboten werden, stehen Ihnen zur Auswahl. Die Einzigartigkeit des Ayurveda ist, dass es frei von jeglichen allergischen oder schädlichen Nebenwirkungen ist. Es wird auch Yoga und Meditation ins Therapie-Programm einbezogen, was individuell auf Sie angepasst, angeboten werden kann. Darüber hinaus lernen Sie ayurvedisches Kochen, was auch in diesem Programm enthalten ist. Ihnen stehen eine Reihe von Paketen und Behandlungen zur Verfügung. Sie können auswählen aus dem, was am besten auf den Rat unseres Resident Ayurveda-Arzt es zu Ihnen passt. Also, einfach abschalten, entspannen und sich durch die heilende Pflege unserer Spezialisten ein neues Lebensgefühl geben lassen.

# SIDDHALEPA<sup>®</sup>

## Ayurveda Resorts & Spas

Von der neu gestalteten offenen Lobby mit ihrem ruhigen Ambiente blicken Sie in den weitläufigen, 8 Hektar großen Garten mit ayurvedischen Heil-Pflanzen und -Bäumen - das einzige Hotel direkt am Strand, das so eine Besonderheit in Sri Lanka bietet.



Das schicke Restaurant am Strand mit einem hohen Strohdach und Panoramablick auf den Indischen Ozean, bietet Weltklasse-Fisch Festessen und eine Auswahl an internationalen Gerichten. Das Madura Bojun Hala - unser Hauptrestaurant bietet speziell Mahlzeiten für diejenigen an, die Kalorien zählen oder gemäß Ayurveda-Behandlungs-Programm ayurvedische Gesundheitsmahlzeiten verschrieben bekommen haben.

### Some of Siddhalepa Ayurveda Products



### Siddhalepa International Spas

Centrovital, Berlin - Germany  
Kur Royal, Bad Homburg - Germany  
Hotel Savannah - Czech Republic  
Hotel KasKady - Slovak Republic



### Siddhalepa Ayurveda Resorts & Spas

Siddhalepa Spa - Colombo 07  
Anarva Ayurveda Spa - Mount Lavinia  
Business Class Lounge - SriLankan Airlines  
Hotel Anarva - Mount Lavinia  
Chi Spa - Shangri-La's, Hambantota

Siddhalepa celebrated **80** years in 2014

### Siddhalepa Ayurveda Hospital

Siddhalepa Ayurveda Hospital - Mount Lavinia, Sri Lanka