



## BARBERYN AYURVEDA BEACH RESORT WELIGAMA

### Auf einen Blick

- großes Ayurvedazentrum und helle, luftige Zimmer
- traumhafte, ruhige Lage direkt am Meer
- Colombo Flughafen ca. 170 km

Unter gleicher Leitung wie das seit über 17 Jahren bei FIT Gästen sehr beliebte Barbery Reef Hotel Beruwela. Die an die Landschaft angepasste Architektur des Beach Resorts auf ca. 6 ha fügt sich harmonisch in die Umgebung ein.

60 helle und luftige Zimmer mit Südbalkon zur Meeresseite, hohen Zimmerdecken, Decken- oder Standventilatoren sowie Moskitonetzen und Dusche/WC. 4 Deluxe-Studios, ca. 42 qm mit kleinem Kühlschrank, 29 Deluxe Zimmer ca. 37 qm und 12 Classic Zimmer ca. 28 qm. Einige Zimmer mit Klimaanlage (Zuschlag € 15/Zimmer/Tag). **EZ sind DZ** zur Alleinbenutzung. Die Anlage ist aufgrund von Rampen auch für Gehbehinderte und Rollstühle geeignet (auf Anfrage).

**Ayurveda-Restaurant** (open air) mit Blick zum Meer im vierten Stock des Hauptgebäudes, per Lift zu erreichen. Ayurvedische Vollpension: Frühstücksbuffet (frische Früchte und Fruchtsäfte, Kräutersuppen, auch einheimische Frühstücks-Speisen), mittags Buffet mit milden Fisch-, Gemüse- und Kräuter-Curries, abends vegetarisches Menü, optional Fisch. Leseraum, Souvenir-Shop, offene Lobby. Wöchentlich Sri Lanka Abend.

**Meerwasser-Außenpool** (ca. 165 qm, Tiefe ca. 1,30 m) in der weitläufigen Gartenanlage. **2 öffentliche Strände**, einer davon nach Osten abgeschlossen - ideal zum Spaziergehen. Vor dem Baden befragen Sie bitte den Life Guard. Ausflüge und Rundreisen (siehe linke Seite) werden als Ergänzung zur Ayurvedakur auf Anfrage angeboten.

**Großes, modernes Barbery Ayurveda Gesundheitszentrum** (täglich geöffnet von ca. 8-16 Uhr) im Hauptgebäude mit einem Team von speziell ausgebildeten Ärzten und Therapeuten, die über große Erfahrung in ayurvedischer, aber auch westlicher Medizin sowie Akupunktur verfügen. Hier werden die auf den individuellen Konstitutionstyp abgestimmten Behandlungen der Klassischen Ayurvedakur durchgeführt. Fachpersonal zur

Herstellung der ayurvedischen Medizin komplettiert das Team. Bereiche für Yoga und Meditation und ein Kräutergarten laden zum Entspannen nach den Anwendungen ein.

Sri Lanka Rundreisen siehe linke Seite.

### „Best Ayurveda Resort“

#### Gewinner des FIT Health & Wellness Awards 2010

Bewertet wurden Hotelausstattung, Servicequalität sowie Wellness- und Gesundheitsangebote, langjährige Erfahrung, fachliche Kompetenz und innovative Ideen.

#### Bester Nischenanbieter - Ayurveda

Nach 2007 und 2009 erhielt Barbery den "Presidential Award" Sri Lanka im Juni 2011 auch für 2010.



### Klassische Ayurvedakur (Panchakarma)

*Ayurveda – die „Wissenschaft vom langen und gesunden Leben“ dient der Stärkung des Immunsystems und der Abwehrkräfte, der Steigerung des allgemeinen Wohlbefindens, der Regeneration, der Vitalität und Verjüngung, sowie der Verzögerung des Alterungsprozesses. Ideal auch als Anti-Aging-, Schlankheits-Kur und für Wellness.*

**Indikationen:** Atemwege, Herz- und Gefäße, Nieren, Harnwege, Nervensystem, Bewegungsapparat, Hautkrankheiten, Stress, Schlaflosigkeit, allgem. Schwächezustände, Verdauungsprobleme, hoher Blutdruck, Allergien, Ekzeme, Psoriasis, Akne, Arthritis, Tinnitus, Haarausfall.  
**Kontraindikationen:** siehe linke Seite.

*Eine Ayurveda Kur in den Barbery Resorts Weligama und Beruwela bedeutet kompetente ärztliche Betreuung, traditionelle ayurvedische Anwendungen, ein umfassendes Ernährungsprogramm, Yoga und Meditation. Ziel ist es, das Gleichgewicht von Körper, Geist und Seele wieder herzustellen und dadurch ein Gefühl von vollkommener Gesundheit und Wohlbefühl zu erzeugen.*

- ab 13 Übernachtungen
- ayurvedische Vollpension (vegetarisch)
- Tee, warmes Wasser und Fruchtsäfte

- Erst-Konsultation, sowie alle weiteren Konsultationen beim Ayurveda Arzt, bei jedem Gast wird das Dosha (Körper Typ) festgestellt („Prakuti Pareeksha“)
- **alle Ayurveda-Behandlungen** wie vom Arzt verschrieben, abgestimmt auf den individuellen Konstitutions- und Gesundheitszustand – in der Regel täglich frisch erzeugte Kräuter-Dekokte (Abkochung/Sud), Kräuter-Elixiere, Kopfmassage, Gesichtsmassage, (Synchron-) Öl-Massagen, Kräuterpackungen, Kräuter-Bad oder -Dampfbad sowie andere Therapien je nach medizinischen Anforderungen (z.B. Shirodhara – Öl-Stirnguss, Panchakarma – Reinigung).
- Akupunktur
- Yoga und/oder Meditation
- ayurvedische Ernährungskunde und Kochschule
- kurze Exkursionen (2-3x wöchentl. It. Programm)
- Transfer ab/bis Flughafen Colombo (auch für Begleitperson)

Das Ayurveda-Center ist tägl. von ca. 8-16 Uhr geöffnet. Während des gesamten Aufenthaltes wird der Ayurveda-Gast betreut. Für Ayurveda Panchakarma empfiehlt sich ein Aufenthalt von 3 Wochen, besser 4 Wochen.

Preise pro Person in €		Klassische Ayurvedakur ayurvedische Vollpension					Verlängerung o. Begleitperson (Aufenthalt) ayurvedische Vollpension		
		H 756	Sommer-Promotion ab 13 Ü je Ü/Kur 24.4.-7.11.		H 756	ab 13 Ü je Ü/Kur		H 756	je Ü /VP
1.1.-7.11.2012				23.3.-23.4.		1.1.-22.3./ 24.4.-7.11.	23.3.-23.4.		1.1.-22.3./ 24.4.-7.11.
Classic	DZ	D21V	101	D11V	130	137	D31V	65	72
	EZ=DZ	E21V	117	E11V	159	170	E31V	94	105
Deluxe	DZ	D22V	105	D12V	137	145	D32V	72	80
	EZ=DZ	E22V	125	E12V	173	185	E32V	108	120
Deluxe-Studio	DZ	D23V	107	D13V	141	150	D33V	76	85
	EZ=DZ	E23V	130	E13V	182	195	E33V	117	130

Aufenthalte unter 13 Kurtagen und Preise ab 8.11.12 auf Anfrage. Verlängerung ohne Anw. max 3 Ü. Zuschlag Klimaanlage € 15/Tag/Zimmer.

**Barbery Stammkunden-Bonus 10%** auf Ü/VP 1.1.-23.4. (auch bei Ayurvedakur anteilig, bitte letztes Reisedatum angeben).

**ANREISE Flughafen: Colombo (CMB)** ca. 170 km. **Flugpreis nach Colombo inkl. Transfer ab € 636** mit SriLankan Airlines (nonstop ab Frankfurt). Fluginformationen und Flüge mit Oman Air, Emirates und Qatar Airways siehe letzte Seiten. Weitere Flüge mit Condor oder Kuwait Airways auf Anfrage oder via CRS. **INFOS Visum/Gesundheitsvorschriften** siehe letzte Seiten.