



ab € **1512**

1 Woche | Ultra Detox

Friendship Beach Resort

Atmanjai Wellness Spa & Detox Center

AUF EINEN BLICK

- > 'Hall of Fame Certificate of Excellence' - Trip Advisor
- > atemberaubende rundum Aussichten
- > Flughafen Phuket ca. 60 Min.

IHR URLAUBSORT An einem traumhaften Strand zwischen Chalong und Rawai im Südosten der beliebten Urlaubsinsel Phuket gelegen, erleben Sie eine Auszeit nur wenige Autominuten entfernt vom geschäftigen Treiben der größeren Städte.

IHR WELLNESS-HOTEL Friendship Beach Resort & Atmanjai Wellness Spa & Detox Center ist eine tropische Oase der Ruhe und Entspannung. Das Resort besticht durch das authentische, farbenfrohe Design und seine herrliche Lage direkt am Strand. Hier können Sie zum Abschalten und Einschlafen dem Rauschen der Wellen lauschen.

ZIMMER 34 moderne Zimmer mit Bädern im balinesischen Stil (zu einer Seite offen), Sitzecke, Föhn, Klimaanlage, Safe, Telefon, Sat-TV, DVD, WLAN. Suiten im Erdgeschoss am Pool, in der zweiten Etage mit großem Wohnzimmer u. privatem Balkon. Beach Front Suite mit Terrasse zum Meer.

RESTAURANT SuperNatural Freiluft-Restaurant & Bar am Strand mit speziellem Menü für vegane, glutenfreie, gesunde u. Rohkost, internationale u. traditionell thailändische Gerichte aus natürlichen, frischen Zutaten, ohne Farbstoffe, künstliche Aromen u. Geschmacksverstärker. Erleben Sie zauberhafte Momente während eines einmaligen Genusserlebnisses. Bar.

WELLNESS & SPA Erholung und Ruhe finden Sie im **Atmanjai Wellness Spa & Detox Center** mit Kräuterdampfsauna und Strand Sala (offener Pavillon mit herrlicher Sicht auf die Bucht). Die Therapeuten u. Gesundheitsexperten sind spezialisiert auf intensive Detox- u. Gesundheitsprogramme. Das Ziel ist es, den Gast auf dem Weg zur ganzheitlichen Gesundheit zu unterstützen. Bereits nach einem 7-tägigen Programm können Erfolge wie die Beseitigung von To-

xinen aus dem Körper, Regeneration, Gewichtsverlust und die Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens erreicht werden. Genießen Sie entspannende Massagen, Gesicht- und Körperanwendungen mit natürlichen und überwiegend organischen Produkten, Beauty-Anwendungen wie Maniküre und Pediküre. Tägliche Yoga Stunden, Freiluft-Cross-Training Center mit ausgebildeten Trainern und individuelle Fitness Programme.

FREIZEIT In der Umgebung sind diverse Wassersportarten z.B. Kite Surfing, Schnorcheln u. Scuba Diving möglich. Schwimmen (gezeitenabhängig). Aktivitäten wie Elefanten Trekking u. spannenden Exkursionen zu den umliegenden Inseln können ebenfalls organisiert werden. Eine der berühmtesten Buddha Statuen, der "Big Buddha", befindet sich an einem atemberaubenden Aussichtspunkt in Chalong.

FIT BONUS

- > Benutzung von Fitnesscenter und Pool
- > WLAN im ganzen Resort
- > Transfer ab/bis Flgh. Phuket (n. Voranm.)



Eat Well & Detox

Lassen Sie sich auf einen neuen, gesunden Lebensstil ein.

- > ab 3 Übern./gesunde Vollpension mit tägl. Smoothies & Detox-Shakes
- > 2x tägl. Kräuter-Nahrungsergänzungsmittel
- > Eingangs- u. Abschlusskonsultation, zusätzliche Konsultation nach Bedarf
- > täglich Gruppen Konsultation
- > täglich Yoga & Meditation (à 60')
- > täglich Öl-, Thai- o. Fußmassage (à 50')
- > täglich Thai-Kräuterdampfbad u. anschließendes Eisbad (à 25-30')
- > täglich Colon Therapie (zur Selbstdurchführung im privaten Behandlungsraum)
- > Rohkost-Kochkurse nach Angebot
- > **FIT BONUS**

Fit & Yoga

Am Meer Körper und Geist etwas Gutes tun u.a. zum Abnehmen u. Stressabbau für Anfänger u. Fortgeschrittene.

- > ab 3 Übern./gesunde VP, täglich Smoothie, Saft oder frische Kokosnuss
- > 1x tägl. Massage, Kräuterdampf- u. Eisbad
- 1x Magnesium-Bad
- > 1x tägl. Morgen-Ritual & Tee-Zirkel
- > 1x tägl. morgens & nachmittags Yoga (verschiedene Stile)
- > 1x tägl. morgens Fitness-Kurs z.B. Cross Training, Boot Camp, Core-Fitness, Thai Boxing
- > 1x tägl. Aktivität oder Ausflug z.B. Klangschalen-Meditation, Rohkost-Workshop, Yoga Nidra, Bootsausflug
- > **FIT BONUS**

Ultra Detox

TIPP

Reinigen Sie Ihren Körper mit natürlichen Produkten & den neuesten Methoden.

- > ab 7 Übern./gesunde VP mit tägl. Weizengras-Shots u. Detox-Shakes
- > 2x tägl. Probiotika u. Kräuter-Nahrungsergänzungsmittel
- > Eingangs- u. Abschlusskonsultation, zusätzliche Konsultation nach Bedarf
- > täglich Blutdruckmessung
- > täglich Yoga & Meditation (à 60')
- > täglich Trampolin (à 10')
- > täglich Öl-, Thai- o. Fußmassage (à 50')
- > 1x Ultraschall Zapper Behandlung (50')
- > 1x Infrarot- u. Ozon-Behandlung (30')
- > 1x Detox-Fußbad (30')
- > täglich Thai-Kräuterdampfbad und anschließendes Eisbad (à 25-30')
- > täglich Colon Therapie (zur Selbstdurchführung im privaten Behandlungsraum)
- > **FIT BONUS**

Gesund Genießen... INFO

Eine gesunde und bewusste Ernährung kann dem Körper helfen, das natürliche Wohlbefinden zu verbessern. Daher steht für den Restaurantchef & Rohkost-Experten Charles Maurer eine Ernährung aus frischen, hauptsächlich rohen und vegetarischen Produkten an erster Stelle.

Preis pro Person in €	Atmanjai Wellness Spa Programme										Verlängerung						
	Ultra Detox		Eat Well & Detox		Fit & Yoga		ab 3 Ü je Ü/VP						je ÜF				
1.7.2017-31.8.2018	H 78F	H 78F	H 78F	H 78F	A	B	C	D	E	F	H 78F	A	B	C	D	E	F
Deluxe	DZ	D21V	D31V	D61V	216	230	254	265	282	313	D11G	22	24	38	43	52	70
	EZ=DZ	E21V	E31V	E61V	216	230	254	265	282	313	E11G	45	48	76	86	103	141

Saison: 1.7.-31.10. (A) / 1.11.-18.12. (C) / 19.12.-26.12. (D) / 27.12.-8.1. (F) / 9.1.-9.2. (D) / 10.2.-20.2. (E) / 21.2.-31.3. (D) / 1.4.-31.8. (B)

Zuschläge/Tag: HP (=...H) € 21, VP (=...V) € 34, Suiten auf Anfrage. Kein Programm am An- und Abreisetag.

Sparrtip: Atmanjai Programme: EZ zum DZ-Preis ganzjährig.

FLUGANREISE Nach Phuket (HKT) ab € 548 tagesaktuell mit Air Berlin via Abu Dhabi. Transfer Flgh. HKT (ca. 75 Min.) FIT 78FT1 € 83 pro Wagen (hin & rück). Informationen zu Fluganreise und Rail & Fly siehe Seite 323. Alle Flugpreise tagesaktuell via CRS o. auf Anfrage bei FIT.

INFOS Kinderermäßigung: 2 Erw. + 1 Kind (0-5,9 J.) 100%, Zustellbett (0-11,9 J.) € 17 je ÜF ohne Programm, Englischkenntnisse sind empfohlen.