

Offre valable du 1er avril au 30 juin 2018.

## Les printemps de l'ayurvédica

*Un temps pour soi, aller au cœur du mieux-être*

Pension complète



Cette cure économique privilégie la qualité des soins ayurvédiques et le yoga.

Vous connaissez la qualité des soins ayurvédiques de la cure Tradition au Vishram Village. Cette cure vous offre une réelle pause en faveur du mieux-être et des soins de vos problématiques de santé.

Vishram Village vous propose de profiter de votre cure cette année en profitant de l'offre « Les Printemps de l'ayurvédica » .

### *Pour votre cure du 1<sup>er</sup> avril au 30 juin 2018*

Choisissez la durée de votre cure 8 jours ou 15 jours

*Ce séjour est dédié aux soins Ayurvédiques, au Yoga*

**Les soins Ayurvédiques sont réalisés sur la base de la cure Tradition.**

#### CONTENU DU SEJOUR « LES PRINTEMPS DE L'AYURVEDA »

| DUREE EN JOURS  | 8   | 15  |
|---|-----|-----|
| Transferts A/R aéroport de Trivandrum en taxi climatisé                 | Oui | Oui |
| <i>Pension complète</i><br><i>Petits déjeuners, déjeuners et diners</i> | Oui | Oui |
| Consultations médicales Ayurvédique                                     | 1   | 3   |
| Traitement et soins Ayurvédiques  | 6   | 12  |
| Sessions quotidiennes de Yoga le matin                                  | 6   | 12  |
| Sessions quotidiennes de Yoga l'après-midi                              | 6   | 12  |

## Fiche de séjour les printemps de l'ayurvédisme

### Ce séjour ne comprend pas :

- Les médicaments naturels ayurvédiques ordonnés par le médecin pour l'usage après la cure.
- Les boissons (exceptée la tisane offerte après le soin)
- Les excursions et les transports sur place
- La traduction anglais français durant la consultation (en option)
- Les vols internationaux
- Les frais de visa

### EXEMPLE D'UNE JOURNEE

- |   |  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"><li>• 7. h 30 Yoga au bord du lac</li><li>• Petit déjeuner continental ou Keralais, jus de fruits frais de saison, salade de fruits</li><li>• 09 h 30 Consultation avec le médecin en Ayurveda</li><li>• 10 h 30: Soins Ayurvédiques selon la prescription du médecin</li></ul> | <ul style="list-style-type: none"><li>• Tisane puis repos</li><li>• Déjeuner selon la diététique Ayurvédique</li><li>• Selon les jours : Repos // Marche méditative // Baignade //</li><li>• 17 h 00 Yoga au bord du lac</li><li>• 19 h 30 : Dîner selon la diététique Ayurvédique</li></ul> |
|---|--|

### LES PRATICIENS

- Le Docteur Ashwaty, notre Doctoresse en Ayurveda, diplômée de l'université du Karnataka en Médecine Ayurvédique et chirurgie.
- Les thérapeutes diplômés du gouvernement du Kerala « Jeevaya Institution of Ayurveda Therapy » qui réalisent les soins ordonnés par la Doctoresse.

### L'HEBERGEMENT

Tous nos hébergements sont climatisés. La literie observe les normes de confort européen. Les salles de bains sont équipées de matériaux modernes, et l'espace douche est laissé libre selon la tradition Indienne. Les produits de toilette et de soins mis à la disposition de nos hôtes sont certifiés Ayurvédiques. Nous disposons d'un générateur ce qui assure la climatisation et l'eau chaude 24/24.

*Devis pour une cure sur mesure sur demande à*  
[ablresorts@gmail.com](mailto:ablresorts@gmail.com)