

Comunicato stampa

Ayurveda autentico da godere in Sri Lanka

Al Life Ayurveda Resort in Sri Lanka per rafforzare le energie vitali



Francoforte, 2 dicembre 2016. Con SpaDreams, gli amanti dell'ayurveda possono godere appieno della filosofia olistica di guarigione in Sri Lanka. Il **Life Ayurveda Resort**, situato sulla costa sud-ovest dell'isola, offre in tal senso le migliori condizioni. La struttura è caratterizzata dalla vicinanza con il mare e dagli autentici trattamenti ayurvedici. Grazie all'offerta "Ayurveda classica

– intensiva" i viaggiatori possono prenotare una vacanza di 13 pernottamenti in camera doppia a pensione completa, a partire da 689 euro. Gli ospiti SpaDreams possono beneficiare del "13=11 Special", pagando soltanto 11 notti anziché 13. Nel pacchetto sono compresi trattamenti ayurvedici professionali quotidiani, una cucina ayurvedica aromatica e l'elegante ambiente dell'Hotel – ideale per ritrovare un adeguato equilibrio interiore. Il soggiorno, comprensivo di trattamenti, è prenotabile alla pagina www.spadreams.it/h761/.

Assistenza professionale da parte di medici e terapeuti ayurvedici esperti

Con la sua posizione idilliaca, in un piccolo villaggio di pescatori, il **Life Ayurveda Resort** incanta, anche grazie al giardino tropicale con accesso diretto alla spiaggia, ed offre le condizioni ideali e di elevato livello per un processo sostenibile di rigenerazione. Sotto la guida di medici e terapeuti ayurveda esperti, presso l'Ayurveda Center è offerta un'assistenza individuale per la salute e l'alimentazione, determinate sulla base di specifici programmi di trattamento. Tutti i giorni ogni ospite beneficia di almeno due ore di trattamenti ayurvedici, che si svolgono nelle dieci sale per i trattamenti. Grazie ai massaggi con oli, ai bagni (anche di vapore), ai trattamenti Shirodhara, ai tradizionali processi con oli a colata e Pindasveda, ai massaggi con sacchetti di riso ed alle altre speciali terapie ayurvediche, gli ospiti SpaDreams

Comunicato stampa

ritrovano il proprio benessere interiore. Sono altresì prenotabili agopuntura, manicure, pedicure e trattamenti viso ayurvedici.

Inoltre, ogni settimana si svolgono tre sessioni di yoga e due di meditazione. L'ampia piscina adiacente - all'aperto - invita a rinfrescarsi nelle sue fresche acque. Chi invece volesse ridurre al minimo l'attività fisica, troverà presso il giardino sdraio ed amache, dove poter riposare.



Cucina vegetariana – anche per la vita di tutti i giorni

L'approccio olistico dell'ayurveda si riflette anche nella gastronomia. Così, la purificazione dell'organismo è attuata anche attraverso la preparazione dei piatti ayurvedici, tradizionalmente vegetariani. Ogni ospite riceve un piano personalizzato di alimentazione, basato sulle indicazioni del medico ayurveda e conforme alla propria tipologia di Dosha. Di grande aiuto si rivelano inoltre le tisane a base di erbe e le acque minerali, che accompagnano ogni pasto. Due volte alla settimana sono svolte dimostrazioni di cucina ayurvedica, che offrono agli ospiti la possibilità di ottenere un'alimentazione sana anche nella vita di tutti i giorni.

A proposito di SpaDreams

SpaDreams, società controllata da FIT Reisen, con sede a Francoforte sul Meno, è il più grande tour operator specializzato in viaggi salute e benessere. Da più di 40 anni, SpaDreams è sinonimo di vacanze salutari in combinazione con affascinanti offerte di bellezza, relax e tempo libero. Al momento, SpaDreams vanta più di 3.500 differenti offerte di cura, salute, beauty, ayurveda, yoga, detox e wellness. Il portfolio è composto da 600 hotel e 400 destinazioni in 50 paesi. Con una vasta offerta di alta qualità, l'ottimo rapporto tra qualità e prezzo e un servizio individuale, SpaDreams non solo si è saldamente stabilito in questo settore, ma è anche stato eletto tour operator di viaggi salute e benessere più innovativo del 2014.

Comunicato stampa

Immagini: SpaDreams/Fit Reisen, Life Ayurveda Resort

Questo e altri comunicati stampa e tutte le informazioni e il materiale visivo contenuti nelle offerte di SpaDreams si trovano su:

www.spadreams.it/area-stampa/

Si prega di considerare che: il materiale visivo concesso può essere usato solo in collegamento con i viaggi di FIT Gesellschaft für gesundes Reisen mbH e fornendo il nome dell'hotel raffigurato. L'uso per altri scopi è permesso soltanto previa autorizzazione scritta. La trasmissione del materiale visivo a terzi è vietata. **Contatto:** Bee-Mitchell Harms, Tel.: +39 01 11 96 20 151, E-Mail:

stampa@spadreams.it