

BAROS

maldives

SHAPE

Suchwort

Go



HOME FITNESS BEAUTY MODE DIÄT & ERNÄHRUNG SEX & PSYCHE BILDERGALERIEN HOROSKOPE VIDEOS ABO

COMMUNITY Mein Shape Meine Nachrichten Forum Spielen & Gewinnen Hot or not Bilder-Vergleich KiloCoach Fitness-Blogs

Yoga- & Ayurveda-Retreats

Abtauchen und Kraft tanken

Dörthe Seubert



Kraft tanken auf den Malediven

Ayurveda bedeutet im Sanskrit „Das Wissen vom Leben“. Nach diesem Motto erlernen die Teilnehmer der „Ayurvedic Journey“ im Fünf-Sterne-Resort „Baros Maldives“ die Zubereitung ayurvedischer Gerichte und erfahren alles über die drei Lebensenergien Vata, Pitta, Kapha – und wie sie die richtige Balance finden können.

Bei den beiden jeweils fünftägigen Ayurveda-Workshops vom 2. bis 17. April 2011 stehen gesunde Ernährung, Bewegung und Erfrischung des Geistes im Inselparadies auf der Tagesordnung.

Um den Gästen die bewährte Heilkunst und Ernährungsphilosophie nahe zu bringen, konnte Baros Maldives einen bekannten Ayurveda-Experten gewinnen: den Ayurveda-Koch und Autor Volker Mehl, der in Deutschland eine eigene Kochschule leitet.

Um Körper und Geist gleichermaßen zu verwöhnen, stehen Yogastunden auf dem Lighthouse Deck bei Sonnenaufgang, ein Korallen-Pflanz-Workshop und ein traumhafter Segeltrip bei Sonnenuntergang auf dem Programm. Auch das Spa-Angebot des Resorts wurde speziell für den Workshop mit ayurvedischen Behandlungen erweitert und ergänzt das Wohlfühl-Erlebnis perfekt.

Der fünftägige Ayurveda-Workshop inklusive vier Nächten in einer Deluxe Villa ist ab 850 Euro pro Person buchbar (ohne Unterkunft 530 Euro pro Person).

Buchung & Infos:

Per Mail an: reservations@universalresorts.com oder unter www.baros.de