

DR. FRANKLIN Ayurveda
PANCHAKARMA INSTITUTE & Bungalows
 Trivandrum, Kerala - India

L'Istituto Panchakarma del Dr. Franklin è una deliziosa struttura armonicamente inserita in quella fascia di vegetazione tropicale che ci anticipa l'incontro con l'oceano, dal quale è distante poche centinaia di metri. L'esperienza di questo canuto medico indiano, autore di numerose pubblicazioni, è di per sé garanzia della corretta applicazione dei principi ayurvedici: i qualificati operatori che lavorano al suo fianco ce ne trasmettono impeccabilmente la conoscenza. Il programma di purificazione inserito nel pacchetto sotto proposto, rappresenta un approccio all'ayurveda valido per tutti: per chi lo desidera è però possibile fruire di programmi mirati per affrontare problemi o disturbi specifici, nonché seguire appositi corsi per l'apprendimento dei principi e delle tecniche ayurvediche. Sono disponibili, su richiesta, programmi per la colonna vertebrale, la pressione sanguigna, l'impotenza, la fertilità, il mal di testa, le malattie nervose, per la psoriasi, le malattie della pelle etc. nonché programmi di snellimento, di bellezza etc.; i corsi di apprendimento riguardano tecniche di massaggio (15 giorni), lo studio dei principi base dell' Ayurveda (30 giorni) e del processo del "Panchakarma" (30 giorni). I fruitori dei programmi ayurvedici possono soggiornare presso il Panchakarma Institute.



Località a pag. 9



Deluxe



Panchakarma Institute



Deluxe



SOGGIORNO SOLO PERNOTTAMENTO

	A		B		C	
	Dop	Sing	Dop	Sing	Dop	Sing
Camera Special	10	15	14	20	16	25
Camera Deluxe	14	18	19	25	22,5	30
Camera Deluxe A/C	19	26	24	33	27,5	38

Periodi: **A** (01/04/10-31/07/10); **B** (01/08/10-31/10/10); **C** (01/11/10-31/03/11).

SOGGIORNO SOLO PERNOTTAMENTO Tasse locali 15%. Prezzi per persona al giorno con solo pernottamento. Transfer ar aeroporto Trivandrum-Hotel incluso.

Supplementi Colazione € 4; pranzo € 6; cena € 6; soggiorno con trattamenti ayurvedici € 35 (da decidere direttamente in loco dopo la prima consultazione medica); sessione di Yoga € 7. (per sessione). **Riduzioni** Bambini su richiesta; terzo letto paga 20%.

OFFERTE SPECIALI Valida nel periodo 01/04/10-30/09/10 Con programma ayurvedico di 7 notti 1 notte gratuita; con programma ayurvedico di 14 notti 2 notti gratuite; con programma ayurvedico di 21 notti 3 notti gratuite; con programma ayurvedico di 28 notti 4 notti gratuite. **CAMERE E SERVIZI** Camere (25) situate all'interno di graziosi cottage dell'Istituto. Dispongono di veranda, servizi privati, ventilazione, camera da letto, televisione, telefono; Camere Deluxe più spaziose, con vasca da bagno e patio e alcune con aria condizionata con supplemento.

VISTO INDIA Obbligatorio prima della partenza. **VOLI** Kuwait Airways: andata merc+ven; ritorno mar+gio+sab. Prezzo a partire da € 429 + tasse. Qatar Airways: andata lun+mer+ven+dom; ritorno mar+gio+sab. Prezzo a partire da € 361 + tasse. Etihad Airways: andata lun+ven+dom; ritorno mar+sab. Prezzo a partire da € 453 + tasse. Altri voli su richiesta.

PROGRAMMI AYURVEDICI

Soggiorno escluso. Programmi presso il Panchakarma Institute. I programmi prevedono l'assunzione di tisane riequilibranti. E' possibile integrare i programmi con sessioni di Hata-Yoga (a pagamento, € 7. a sessione) fruibili presso il Panchakarma Institute. **NB** I trattamenti possono subire variazioni a seguito della visita medica.

RINGIOVANIMENTO Per ringiovanire la mente e lo spirito, tonificare i tessuti, rafforzare l'intero sistema così da ottenere salute e longevità. Associabile a 7-14 pernottamenti comprende: 7-14 Rejuvenation massage (75 min), 3-5 sessioni di "Dhara" (30 min), 3-3 bagni agli oli (pizhichil, 45 min), 1-1 bagno di vapore medicato (20 min), 1-2 impacco viso, ogni giorno tisana riequilibrante; il programma di 14 notti prevede inoltre: 5 sessioni di Njavarakizhi (45 min, applicazione di boli di riso medicato ottimo per la riattivazione del metabolismo, disappetenza, reumatismi, dolori articolari).

Prezzo 7 giorni: € 245; 14 giorni: € 437

DIMAGRANTE Per ottenere forma fisica e figura ideale attraverso una dieta appropriata, yoga, massoterapia e tisane alle erbe. Associabile a 14 pernottamenti comprende: 14 Rejuvenation massage (75 min), 14 Powder massage (45 min, massaggio con speciali estratti di erbe riducenti), 3 bagni di vapore medicati (20 min), ogni giorno tisana alle erbe e tisana riducente. **Prezzo** € 490

PROGRAMMI SU RICHIESTA Anti-Aging (28 gg), Dimagrante (21-28 gg), Bellezza (10 gg), Schiena (15 gg), Purificazione corpo (15 gg), Corpo, mente e spirito (14 gg).