PORT SALVI
AYURVEDA RESORT

DIE KOMBINATION VON FASTEN UND AYURVEDA

Die Kombination mit einer Ayurveda-Kur kann die positiven Effekte einer Fastenwoche noch zusätzlich verstärken. Durch die ayurvedischen Behandlungen werden die Ausleitungs- und Entgiftungseffekte der Fastenwoche fortgeführt und vertieft. Grundsätzlich kann eine Kur vor und nach dem Fasten gemacht werden. Der zeitliche Ablauf sieht jeweils so aus:

Kur nach dem Fasten

Die Fastenwoche endet am Sonntagmorgen mit dem Aufbaufrühstück. Danach erfolgt ein nahtloser Übergang zur Ayurvedakur. Sie haben noch am Sonntag die Arztkonsultation und die 1. Anwendung. Der Sonntag ist somit letzter Fastentag und gleichzeitig erster Kurtag.

Bei einer **3-Tageskur** endet die Kur folglich am Dienstag. Abreisetag wäre dann der Mittwoch.

Bei einer **7-Tageskur** endet die Kur folglich am Samstag. Abreisetag wäre dann am Sonntag.

Kur vor dem Fasten

Die Fastenwoche beginnt am Sonntagabend, sodass der Sonntag der letzte Kurtag und gleichzeitig der erste Fastentag ist.

Bei einer **3-Tageskur** beginnt die Kur folglich am Freitag. Anreisetag wäre dann der Donnerstag

Bei einer **7-Tageskur** beginnt die Kur folglich am Montag. Anreisetag wäre dann am Sonntag.

Die Zimmer

Während Ihrer Ayurvedakur sind Sie normalerweise direkt im Ayurveda Resort untergebracht.
Da unsere Gäste aus der Fastenwoche aus kalorischen Gründen nur Halbpension haben,können Sie von den Zimmerpreisen 25 €/Person/Tag abziehen.
Eine Aufstellung der verschiedenen Zimmerkategorien finden Sie https://www.ayurveda-port-salvi.com/das-ayurveda-hotel-2/#!/die-zimmer**.**

Halbpension

Normalerweise können Sie eine Ayurveda-Kur nur mit Vollpension buchen. Da diese Verköstigung in Kombination mit dem Fasten zu kalorisch wäre, wird unseren Gästen Halbpension angeboten, mit Frühstück und Abendessen. Neben dem günstigeren Preis, hat das den Vorteil, dass Sie ein größeres Zeitfenster für Exkursionen und Strandaufenthalte haben.

Noch Fragen? Gerne stehen wir Ihnen zur Verfügung. Tel: 0049-721-373633