



Sri Lanka

Maggona
Südwest
küste

Hiru Villa's Ayurveda Resort

Maggona: etwa 2 Autostunden vom **Flughafen Colombo** entfernt liegt das **Hiru Villa's Ayurveda Resort** auf einer Felshalbinsel an der Südwestküste mit traumhaftem Blick über die Küste - inmitten eines idyllischen, tropischen Gartens. „Hiru“ bedeutet auf singhalesisch „Sonne“ - was nicht nur den offenen Ausblick über den indischen Ozean mit Sandstränden zu beiden Seiten und den traumhaften Sonnenuntergang, sondern auch die familiäre Atmosphäre und den idyllischen, ruhig gelegenen Ort wiedergibt. Ein Ayurvedaresort exklusiv für Ayurvedagäste, die Ruhe und individuelle Betreuung im Rahmen einer regenerierenden Ayurvedakur Intensivkur.

Raumträume



Das ehemalige Kolonialhaus mit antiken Hölzern, lichten und einladenden Aufenthaltsplätzen, sowie der tropische Garten mit Kokospalmen und lauschigen Plätzchen bietet den richtigen Rahmen für eine individuelle Ayurvedakur.

Ein schmaler Treppenpfad führt zum Sandstrand mit kleiner Badebucht.

Die 15 einfachen, aber großzügigen Zimmer sind mit Bad/Dusche/WC, Safe und Terrasse (im 1.Stock mit Balkon) ausgestattet. Teilweise meerseitig und gartenseitig ausgerichtet.



Selbstverständlich werden im gemütlichen Ayurvedarestaurant nur ayurvedische Gerichte gereicht, die nach ärztlicher Anamnese für jeden Gast individuell zusammengestellt werden.

Besonders hervorzuheben ist der Yoga Platz direkt an der Spitze der Fels-Halbinsel.



Ayurveda

Das Ayurveda Zentrum des Hiru Villa´s, seine Lage und die qualifizierten ayurvedischen Fachärzte mit dem dazugehörigen Therapeuten Team sind das Herzstück dieses Resorts.

Nach eingehender, ärztlicher Untersuchung wird Ihr individueller Behandlungs- und Speiseplan gemeinsam erarbeitet. Jeder Gast erfährt gemäß seiner regenerierenden Ayurveda Reinigungskur mit Panchakarma Elementen individuelle und ganzheitliche „Bekochung“ und Betreuung. Täglich ca. 4 Anwendungen, je nach Gesundheitszustand u. Empfehlung des Arztes z.B. Abhyanga Öl-, Kräuter- oder Reisbeutel-Massagen, Kati Vasti (Ölanwendung mit Teigring), verschiedene Reinigungstherapien (Panchakarma), Kräuter- und finales Blumenbad.

Yoga, Meditation und Tai Chi ergänzen die Kur und fördern innere Einkehr und Ausgeglichenheit.

Der Manager und Besitzer des Resorts spricht deutsch. Die Perle des Hauses „Ganesha“ spricht auch Deutsch und steht Ihnen jederzeit mit Rat & Tag zur Verfügung (auch gerne als Dolmetscher bei der Anamnese)

„ Besonders gefallen hat mir die persönliche Atmosphäre, die sehr gute Betreuung durch Ruwan und sein Team vor Ort und auch die Qualität der Kur selbst.

Auch das Essen war super lecker und man konnte jederzeit Wünsche äußern.

Wenn ich mal wieder Ayurveda mache, dann nur dort.

Beste Grüße“

Auszug aus Rückmeldungen unserer Kunden

Freizeit

Kleinere Aktivitäten oder Ausflüge können neben den Kurbehandlungen gerne unternommen werden, wie z.B. zu den nächstliegenden Orten Kalutara und Beruwela, Inselfahrten, Bootsfahrten etc.. Das erfahrene Team des Hiru steht mit Rat & Tat gerne zur Verfügung.

Das Besondere

Ursprüngliches Ayurveda ohne Schnick-Schnack - klein, individuell, beschaulich, ruhig und familiär. Herrlicher Blick über die Küste. Sehr herzliche Atmosphäre und hoher „Wohlfühlfaktor“.





Der Begriff „Ayurveda“ kommt aus der altindischen Sprache Sanskrit und bedeutet "Wissen von der Langlebigkeit". Es gilt als das älteste Heilsystem der Welt und ist über 3000 Jahre alt. Vermutlich basiert die traditionelle Chinesische Medizin, die Pflanzenheilkunde der westlichen Länder und auch die moderne ganzheitliche Medizin auf dem Wissen des Ayurveda.

Vermutlich ließen sich Pythagoras und Hippokrates bei ihren Erkenntnissen durch Ayurveda inspirieren. Sehr wahrscheinlich wurde die arabische Medizin durch Ayurveda beeinflusst. Die antike und mittelalterliche Vorstellung der galenischen Körpersäfte hat ihre Wurzeln ebenfalls in ayurvedischen Konzepten.

Wie wir heute wissen, wurden die Erkenntnisse und das umfangreiche Wissen des Ayurveda zunächst von indischen Sehern (Rishis) mündlich von Generation zu Generation weitergegeben. Erst sehr viel später erfolgte eine schriftliche Aufzeichnung. Diese uralten, heiligen Sanskritschriften (sog. Veden) stammen aus dem zweiten Jahrtausend vor Christus. Sie sind auch die Ursprungstexte für Yoga.



Ganesha - der gute „Geist“ des Hauses

„Ich hatte einen phantastischen Urlaub und habe mich sehr stark erholt. Es war wirklich wundervoll. Alles in allem. Im Nachhinein habe ich Ihre Empfehlung für genau dieses Resort sehr gut verstanden, es war genau das Richtige für mich !,“

Auszug aus unseren Feedbacks

Noch Fragen?

Rufen Sie an !

Wir beraten Sie gerne !

Tel 0049 8193 950240

