



## Spanien – Mallorca – Porreres

### GENIESSEN IN DER AYURVEDAFARM UND FINCA

Diese wunderschöne sehr geschmackvoll restaurierte Finca (\*\*\*\*Sterne) befindet sich auf einem 1.000.000 qm großen alten mallorquinischen Großgrundbesitz mit sehr gepflegtem Garten im zentralen Flachland der Insel in der Nähe von Porreres, fast am Fuße des Klosterberges Montession. Bei der Restaurierung des alten Herrenhauses, dessen historischer Kern aus dem 13. Jahrhundert stammt, wurden alte Strukturen erhalten und sehr geschmackvoll eingebunden. Das Landhaus bietet Ruhe und Erholung in gehobenem Ambiente. An den Hotelbetrieb angeschlossen ist eine Ayurvedafarm, die unter der Leitung eines erfahrenen Ayurveda-therapeuten klassische Ayurvedakuren aber auch Wellness- und Beautybehandlungen anbietet. Es ist das richtige Ziel für Liebhaber von Natur und Ruhe. Die bekannten Strände „Es Trenc“ und „Ses Covetes“ sind ca. 18 km (ca. ½ Stunde Fahrzeit) entfernt. Nach Palma sind es ca. 40 km.

**RAUMTRÄUME** 25 individuell und luxuriös ausgestattete, geschmackvolle Zimmer und eine behindertengerechte Suite mit Bad/WC, Fön, Bademantel und Badeschuhe, SAT-TV, Minibar, Klimaanlage, Safe, Wasserkocher mit Tee und Kaffee, 5 Kopfkissen-Modelle zur Auswahl. Suiten zusätzlich mit Wohnraum und Terrasse in eigenen Häuschen neben dem großzügigen Poolbereich. Das \*\*\*\*-Landhotel bietet drei stilvolle Salons, Bibliothek, 2 Bars, Restaurant.

**BODY & SOUL VITAL** Großzügiger Swimmingpool, beheiztes Hallenbad, Badetuchverleih. Sonnenterrasse mit Liegen und Sonnenschirmen, Türkisches Bad, Whirlpool

**KOSMETIK** hochwertigste Öle und Kräuterprodukte

**ANGEBOTE** Ayurvedabehandlungen unter der Leitung eines ausgebildeten Yoga-Lehrers: Andreas Dörr ist der Inhaber dieser Ayurveda-Farm seit 2007. Nach der Ausbildung zum Yogalehrer und der Ausbildung in Neuromuskulärer Integration führte der Weg zum Ayurveda. Begleitet wurde dieser ganze Weg durch zahlreiche Aufenthalte in Indien und Südostasien. Fortbildungen sind für den Inhaber unerlässlich um sein Wissen stets zu erweitern und seinen Gästen die bestmögliche Behandlung zugute kommen zu lassen. Für alle Therapien werden nur die hochwertigsten Öle und Kräuterprodukte verwendet. Neben Ayurveda wird Yoga deutlich an Bedeutung hinzugewinnen. Neu Ab Februar 2008: Neuromuskuläre Integration (Panacea - Methode) Hierbei handelt es sich um eine tiefe Bindegewebsarbeit an den Faszien um Verspannungen und Blockaden wieder zu lösen. Yogaferienwochen

**SPORT** Fitnessraum, Tennishartplätze mit Flutlicht kostenfrei, gegen Gebühr: Bogenschießen, Boccia, Fahrradverleih. Mo-Fr leichte Atem- und Entspannungsübungen mit Yoga, Meditation, Wassergymnastik gegen Gebühr. 2 Golfplätze in der Nähe (je ca. 20 Min. mit dem Auto, 10% Discount auf diesen Plätzen)

**DAS BESONDERE** Ayurveda-, Yoga und Wellnessurlaub in gehobenem Ambiente Eine mögliche Alternative für alle, die einen langen Flug nach Sri Lanka oder Indien scheuen.

### IHR VERWOEHNPROGRAMM:

Alle Angebote sind ohne Flug. Auf Anfrage unterbreiten wir Ihnen gerne auch ein individuelles Angebot mit einem entsprechenden Flug von Ihrem Heimatflughafen. Nach Ankunft am Flughafen empfehlen wir Ihnen ein Taxi (ca. 35 - 40 Euro) oder einen Mietwagen, um die Finca zu erreichen.

### ZU SICH SELBST FINDEN - DREI AYURVEDA TAGE

3 Übernachtungen mit Frühstücksbuffet inklusive folgendes Programm: persönliches Gespräch mit unserem Ayurveda Therapeuten: täglich 2 Anwendungen-nach individueller Konstitution, (z.B. Kopf-, Gesichts-, Fußmassage, Ganzkörperölsalbungsmassage, Kräuterdampfbad), täglich ayurvedische Kräutertees

Preis pro Person	Euro / Saison A
Im Einzelzimmer	Euro 730
Im Doppelzimmer	Euro 679
Im Doppelzimmer zur Alleinbenutzung	Euro 769
In der Suite	Euro 754
In der Suite zur Alleinbenutzung	Euro 838

### IN DER RUHE LIEGT DIE KRAFT

6 oder 12 Übernachtungen mit Frühstücksbuffet und folgenden Behandlungen: 2x oder 4x persönliches Beratungsgespräche mit unserem Ayurveda Therapeuten, täglich 2 Anwendungen, je nach Konstitution, (z.B. Garshan Massage, Udvarthana, Pinda Sweda, Intensiv Massage, Padabhyanga, Abhyanga, Shirodhara. Kräuterdampfbad), Indiv. Ernährungsberatung, täglich ayurvedische Kräutertees, Yoga , Nordic Walking

Preis pro Person / Saison A	6 Übernachtungen	12 Übernachtungen
Im Einzelzimmer	Euro 1.290	Euro 2.520
Im Doppelzimmer	Euro 1.188	Euro 2.316
Im Doppelzimmer zur Alleinbenutzung	Euro 1.368	Euro 2.676
In der Suite	Euro 1.338	Euro 2.616
In der Suite zur Alleinbenutzung	Euro 1.506	Euro 2.952

### 5 TAGE SINNESERFAHRUNG

5 Übernachtungen mit Ayurvedafrühstück und folgendes Ayurveda-Programm: 1x Konstitutionstypisierung nach ayurvedischer Tradition um Einblick in die Lebenssituation und persönliche Konstitution zu bekommen und die Öle auf Sie abzustimmen. **1x Garshan** – Trockenmassage mit Handschuhen aus Rohseide (zwei Therapeuten, verfeinert das Hautbild, stoffwechsellanregend, regt das Lymphsystem an, Vorbereitung auf weitere Behandlungen), **1x Ayurvedische Ölmassage** in rechter & linker Bauchlage ist eine sanfte Ausstreichung und Ölsalbung über die Schultern bis zu den Füßen, **1x Mukabhyanga** - ayurv. Gesichtsmassage und Schönheitsbehandlung (Massage von Kopf, Gesicht, Nacken, Brust und Schulter, im Anschluss eine ayurvedische Tagespflege, inkl. einer energetischen Ayurveda Fußmassage, neben ihrer verjüngenden und verschönernden Wirkung hat die Gesichtsmassage einen großen Einfluss auf das Seelenleben: Sie beseitigt Sorgen, Stress und Ängste und schenkt eine große Fülle an Liebe, Harmonie und innerer Stärke), **1x Abhyanga** – ayurvedische Ganzkörpermassage (Königin der Ölmassagen im Ayurveda, Stärkung des Abwehrsystems. Hochwertige Öle auf Sesamölbasis (Anbau biologisch), gemischt mit einem Öl das ihrem Dosha entspricht, unterstützen diese Wirkung und sind eine Quelle für neue Lebenskraft).

Preis pro Person	Euro
Im Einzelzimmer	Euro 874
Im Doppelzimmer	Euro 794
Im Doppelzimmer zur Alleinbenutzung	Euro 939
In der Suite	Euro 914
In der Suite zur Alleinbenutzung	Euro 1.104

### AYURVEDA BALANCE WOCHE

7 Übernachtungen mit Genießer Frühstück und folgendes Ayurveda-Programm: 1x Anamnese–Konstitutionstypisierung nach ayurvedischer Tradition - um Einblick in die Lebenssituation und persönliche Konstitution zu bekommen und eine Anwendung mit abgestimmten Ölen durchführen zu können. Danach findet das Einführungsgespräch in die Ayurveda Philosophie statt, inklusive der Konstitutionstypisierung und der entsprechenden Ernährungsempfehlung. **1x Udvarthana** – Gewebeaktivierende Reibungsmassage (ein Therapeut, die Pulvermassage reduziert das Körpergewebe, speziell die Stellen, wo sich überflüssige Pfunde angesammelt haben, können besonders intensiv behandelt werden. Das Pulver wird aus Kräutern, Gerste und Hülsenfrüchten gewonnen, vor der Behandlung erhitzt, um dann auf die Hautoberfläche eingerieben zu werden. Als Abschluß kommen Sie ins Dampfschwitzbad). **1x Garshan Massage** – Trockenmassage mit Handschuhen aus Rohseide mit einem Therapeut (verfeinert das Hautbild, stoffwechsellregend, regt das Lymphsystem an - schöne Vorbereitung auf weitere Behandlungen), **1x Spirituelle Energetische – Fußmassage** (bestimmte Punkte an den Fußsohlen werden mit dem Daumen und einem gewissen Druck (sanft) in rotierenden Bewegungen über die Chakra-Reflexpunkte massiert, um die Entfaltung und Stimulierung der Chakras herbeizuführen, **1x Upanaha Sweda** - ayurvedische Rückenmassage in Bauch und Rückenlage (Verspannungen, Schmerzen, angestaute Emotionen werden aus den Geweben gelöst und befreit, während der Massage werden die warmen Kräuter Leinenbällchen - handgefertigt und der Befindlichkeitsstörung entsprechend- sanft auf den Körper eingeklopft und massiert), **1x Abhyanga** –die ayurvedische Ganzkörpermassage ist die Königin der Ölmassagen im Ayurveda. Stärkt die Abwehrsysteme. Hochwertige Öle auf Sesamölbasis (Anbau biologisch), gemischt mit einem Öl das ihrem Dosha entspricht, unterstützen diese Wirkung und sind eine Quelle für neue Lebenskraft. **1x Abhyanga** – Ganzkörperölsalbungsmassage Synchron von zwei Therapeuten, **1x Shirodhara** – die Kunst des Stirngusses, in sanftem Rhythmus ergießt sich der gleichmäßige Strahl aus angenehm warmem Sesamöl über die Stirn und schenkt einen Zustand der tiefen Entspannung und inneren Stille.

Preis pro Person	Euro
Im Einzelzimmer	Euro 1.387
Im Doppelzimmer	Euro 1.275
Im Doppelzimmer zur Alleinbenutzung	Euro 1.478
In der Suite	Euro 1.443
In der Suite zur Alleinbenutzung	Euro 1.709

## AYURVEDA ZUR REINIGUNG FÜR KÖRPER, GEIST UND SEELE

14 Übernachtungen inkl. Ayurvedischem Frühstück und Abendessen und folgendes Ayurveda-Programm:  
 1x Anamnese– Konstitutionstypisierung nach ayurvedischer Tradition - um Einblick in die Lebenssituation und persönliche Konstitution zu bekommen und eine Anwendung mit abgestimmten Ölen durchführen zu können. Danach Einführungsgespräch in die Ayurveda Philosophie inklusive der Konstitutionstypisierung und der entsprechenden Ernährungsempfehlung, **1x Garshan Massage** – Trockenmassage mit Handschuhen aus Rohseide mit einem Therapeut. (verfeinert das Hautbild, stoffwechsellanregend, regt das Lymphsystem an, schöne Vorbereitung auf weitere Behandlungen), **1x Udvarthana** – Gewebeaktivierende Reibungsmassage mit zwei Therapeuten (die Pulvermassage reduziert das Körpergewebe, speziell die Stellen, wo sich überflüssige Pfunde angesammelt haben, können besonders intensiv behandelt werden, das Pulver wird aus Kräutern, Gerste und Hülsenfrüchten gewonnen, vor der Behandlung erhitzt, um dann auf die Hautoberfläche eingerieben zu werden. Als Abschluß kommen Sie ins Dampfschwitzbad)  
**1x Padabhyanga** – energetische Ayurveda Fußmassage. Synchron zwei Therapeuten, (äußerst wirkungsvolle Massage mit speziellen Griffen und Ausstreichungen an den Füßen, Waden und Knien. Mit warmem Öl werden die Füße, Waden und Knie ausgestrichen. Die Padabhyanga gehört zu den wichtigsten Ayurveda Massagen und wirkt sehr beruhigend und ausgleichend bei Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Nervosität und Kältegefühl), **1x Pizzichili & Dhara** - Königliche Ölgussmassage ( 3 Behandlungen, je mit zwei Therapeuten, der Körper wird mit mehr als 4 Litern warmem Sesamöls begossen und sanft gesalbt. Dies führt zu einem unbeschreiblichen Körpergefühl der Schwerelosigkeit und Geborgenheit, das eine tiefe Entspannung und emotionale Klärung bewirkt. Zusätzlich stellt die Pizzichili Behandlung eine intensive Reinigung des Gewebes dar, in der das gesamte Haut- und Muskelgewebe von abgelagerten Schlacken befreit wird. Pizzichili ist ein Körperguss zur Entgiftung und Zellaktivierung. Dhara, sind wohltuende Güsse, die konzentriert auf die Energiezentren gerichtet werden oder über den ganzen Körper fließen. Der Pizzichili wird in der klassischen Ayurveda Tradition auch als „königlicher Körperguss“ bezeichnet, denn diese luxuriöse Behandlungsweise war in früheren Zeiten allein Königen und hochgestellten Adligen vorbehalten.  
**2x Abhyanga – die ayurvedische Ganzkörpermassage** (Königin der Ölmassagen im Ayurveda, zur Stärkung der Abwehrsysteme, hochwertige Öle auf Sesamölbasis (Anbau biologisch), gemischt mit einem Öl das ihrem Dosha entspricht, unterstützen diese Wirkung und sind eine Quelle für neue Lebenskraft.  
**1x Abhyanga – Ganzkörperölsalbungsmassage** Synchron zwei Therapeuten, **1x Shirodhara** – die Kunst des Stirngusses in sanftem Rhythmus ergießt sich der gleichmäßige Strahl aus angenehm warmem Sesamöl über die Stirn und schenkt einen Zustand der tiefen Entspannung und inneren Stille. **1x Mukabhyanga** – ayurvedische Gesichtsmassage und Schönheitsbehandlung (eine Massage von Kopf, Gesicht, Nacken, Brust und Schulter, im Anschluss eine ayurvedische Tagespflege, inkl. einer energetischen Ayurveda Fußmassage, im Ayurveda eine der schönsten und vielschichtigsten Behandlungsweisen. Neben ihrer verjüngenden und verschönernden Wirkung hat die Gesichtsmassage einen großen Einfluss auf das Seelenleben des Menschen: Sie beseitigt Sorgen, Stress und Ängste und schenkt eine große Fülle an Liebe, Harmonie und innerer Stärke.  
**Ein Tag Ayurveda Kochkurs** mit Ernährungsempfehlung und im Anschluß Gesprächsrunde.

Preis pro Person	Euro
Im Einzelzimmer	Euro 3.076
Im Doppelzimmer	Euro 2.863
Im Doppelzimmer zur Alleinbenutzung	Euro 3.248
In der Suite	Euro 3.182
In der Suite zur Alleinbenutzung	Euro 3.687

**ZIMMERPREISE 2008**

Die unten genannten Preise verstehen sich pro Zimmer und Tag inkl. Frühstück.

PREISE 2008	HOCH	NEBEN
Saison	01.04. –30.06.08 01.09. – 31.10.08	01.01 – 31.03.08 01.07 - 31.08.08 01.11 - 31.12.08
Einzelzimmer	Euro 113	Euro 95
Doppelzimmer	Euro 190	Euro 166
Doppelzimmer zur Alleinbelegung	Euro 126	Euro 113
Suite	Euro 242	Euro 207
Suite zur Alleinbelegung	Euro 150	Euro 138

**Sonstige Leistungen:**

Aufpreis für das Abendessen im Rahmen der Halbpension	Euro 31
Aufpreis für das Abendessen im Rahmen der Halbpension/ Kinder 2-11 J.	Euro 16
Aufpreis für eine dritte Person im Doppelzimmer oder Suite Aufpreis	Euro 64,00
Aufpreise für Kinder (2 – 11 Jahre) im Doppelzimmer oder Suite Aufpreis	Euro 46,00
Kinderbett kostenlos.	

**FEEDBACK UNSERER KUNDEN:**

Hallo Frau Heinzelmann,  
vielen Dank für Ihre Mail. Ich hatte eine sehr schöne Woche auf Mallorca. Alle waren sehr nett und man fühlte sich sofort willkommen und wohl. Der Transfer hat bestens geklappt. Das Einzelzimmer war gemütlich, obwohl, wenn ich das nächste Mal fahre, nicht ein Zimmer im Haupthaus haben möchte. Dadurch, dass die EZ über der Rezeption liegen, ist dort doch immer was los. Hab mir auch schon mal ne Suite angeschaut und die sind echt schön. Die Behandlungen haben mir sehr gut getan und ich fühlte mich sehr gut aufgehoben. Fanny hat ihre Arbeit sehr gut gemacht und auch die individuelle Betreuung war zu meiner vollsten Zufriedenheit.

Vielen Dank auch für Ihre nette Betreuung. Ich werde Sie auf jeden Fall weiterempfehlen.

Mit freundlichen Grüßen

Frau XY (Kundin möchte anonym bleiben) 18.03.08