



Sri Lanka

Induruwa  
Südwest  
küste

## Hiru Mudra Ayurveda Resort

Etwa 90 km von Colombo entfernt liegt das im August 2017 eröffnete Hiru Mudra Ayurveda Resort mit direkter Strandlage an der Südwestküste Sri Lankas. Das Schwesterhotel der Hiru Villa´s und des Hiru Ayurveda Beach Resorts ist ein weiterer Beweis für ausgesuchte Lokalitäten mit professionellem Ayurveda. Klare Linien in stilvollem Ambiente erwarten Sie in familiärer Atmosphäre. Mit nur 11 Zimmern ist eine individuelle Betreuung während Ihrer Ayurvedakur gewährleistet. Profitieren Sie von der langjährigen Erfahrung und dem Know How im neuen farbenfrohen „Mantel“ des Hiru Mudra in Induruwa. Im Hiru Mudra werden klassische Ayurveda Reinigungskuren (Panchakarma) durchgeführt. Deutschsprachige Gästebetreuung.

### Raumträume

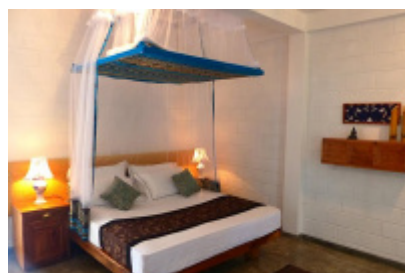


Alle 11 modernen und sehr geräumigen Deluxe Zimmer (Einzelzimmer = Doppelzimmer) des familiären Resorts sind stilvoll und mit Liebe zum Detail gestaltet. Ausstattung: Bad/Dusche/WC, Balkon mit Sitzgelegenheit, Fön, Telefon, Safe, Ventilator/Klimaanlage. Alle Deluxe Zimmer sind meerseitig ausgerichtet. Kostenloses WLAN steht in den Aufenthaltsbereichen zur Verfügung.

### Ayurveda

Das Ayurveda Zentrum und die qualifizierten ayurvedischen Fachärzte mit dem dazugehörigen Therapeuten Team sind auch im Hiru Mudra das Herzstück des Resorts.

Seit vielen Jahren überzeugt bereits das „Mutterhaus“ Hiru Villa´s in Maggona durch fachkompetente Leitung und gleichbleibende Qualität der durchgeführten Ayurvedakuren. Nach eingehender, ärztlicher Untersuchung wird Ihr individueller Behandlungs- und Speiseplan gemeinsam erarbeitet.





### Ayurveda

Täglich mind. 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. Jeder Gast erfährt gemäß seiner Ayurveda Reinigungskur mit Panchakarma Elementen individuelle und ganzheitliche „Bekochung“ und Betreuung. Yoga, Meditation und Qi Gong ergänzen die Kur und fördern innere Einkehr und Ausgeglichenheit. Der Manager und Besitzer des Resorts spricht deutsch. Eine deutschsprechende Unterstützung auch für Ihre ärztlichen Untersuchungen steht Ihnen jederzeit auf Wunsch zur Seite.

### Freizeit

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

### Das Besondere

Alle Zimmer meerseitig ausgerichtet. Qualitätsgarantie und langjährige Erfahrung durch Mutterresort Hiru Villa´s. Die Hiru´s sind alle besonders geeignet für Alleinreisende!

**Zusätzlich Inklusiv für alle Gäste:** Benutzung von Bademantel, Hand- und Wickeltüchern, ayurvedischem Shampoo und Zahnpasta, Benutzung von WLAN, Flasche Wasser und Yogamatte auf dem Zimmer

*Extra Konsultationen z.B. bei Krebs, Schlaganfall und Herzstörungen mit Untersuchungen wie Blut- und Urintests oder Röntgenaufnahmen sowie weitere spezifischere Therapien wie Akupressur, Akupunktur und Lasertherapien sind gegen Gebühr möglich.*

Indikationen: Stress / Erschöpfung, Haut / Allergien, Rheuma / Gelenke / Arthritis, Rückenschmerzen, Adipositas / Gewicht, Diabetes, Stoffwechsel / Magen / Darm, Burn-Out / Psychosom. / Depr., Migräne

