



SÉJOUR BIEN-ÊTRE À L'HERITANCE AYURVEDA

*8 jours / 7 nuits - à partir de 1 440€
Transferts + hôtel + repas + soins*



Séjour bien-être et pieds en éventail au bord de la charmante baie de Beruwela. Détendez votre esprit, réveillez vos sens grâce aux cours de yoga et soins ayurvédiques prodigués par des spécialistes et admirez les merveilles naturelles de cette région baignée par l'Océan Indien. L'établissement se situe à 1h40 de route de Colombo et à 1h20 de Galle, la cité fortifiée du Sri Lanka. Il est également idéalement placé au pied de la plage de Moragalla. Prestations incluses : l'hébergement en pension complète, tous les soins liés à votre cure : yoga et méditation quotidien, 2 h de traitement ayurvédique par jour. Chambres : l'hôtel dispose de 64 chambres, dont 36 chambres deluxe de 41 m²; 16 chambres classiques de 29 m²; 5 chambres corner luxury de 79 m² et 7 suites de

61 m². Les chambres sont confortables et spacieuses, elles sont toutes climatisées et disposent d'un balcon. Saveurs : le restaurant propose une cuisine mélangeant saveurs traditionnelles et saveurs du monde. Appréciez votre repas ainsi que la charmante vue sur la piscine et le jardin de l'hôtel. Des repas vegan, végétarien et sans-gluten sont préparés à la demande. Activités et excursions : baignade ou farniente au bord de la piscine, quelques mètres plus loin, profitez d'un bain de mer. Pour un moment de détente, empruntez un livre dans la petite bibliothèque de l'hôtel. Une connexion Wi-Fi est disponible dans les chambres. Yoga et Ayurveda : ressourcez-vous grâce aux programmes de yoga et de soins ayurvédiques proposés. L'Heritage Ayurveda propose 3 types de programmes dont un programme d'amaigrissement, un programme de soulagement du stress ainsi qu'un programme de rajeunissement. Pendant votre séjour 8 jours / 7 nuits vous suivez le programme de rajeunissement. Votre cure ayurvédique est basée sur la relaxation, la désintoxication et le rajeunissement du corps et de l'esprit. Pour cela, des professionnels et des médecins spécialisés vous conseillent et vous accompagnent tout le long de votre séjour. À votre arrivée, vous rencontrez l'un des 6 médecins résidents pour définir un programme personnalisé et adapté à vos besoins. Répartis sur 28 salles de soins, vous recevrez plusieurs traitements ayurvédiques par jour d'une durée totale d'environ 2 heures. Les soins sont suivis d'un bain de vapeur ou d'un bain de plantes. En complément de votre cure ayurvédique, vous participez à des séances de yoga quotidiennes. 11 séances au total soit 6 séances le matin et 5 séances en fin de journée. Pour des traitements plus longs, veuillez nous consulter !



LE BUDGET

Le prix comprend :

Prix à partir de et en basse saison, base deux personnes en chambre double avec petits déjeuners, comprend la pension complète (repas adaptés à votre traitement ayurvédique), le traitement ayurvédique personnalisé après consultation médicale, les cours de yoga.

Le prix ne comprend pas :

Les vols internationaux, l'assurance maladie/accident/rapatriement et bagages ainsi que la garantie annulation, les pourboires, les dépenses personnelles et les boissons, les massages et soins en supplément de votre package, les médicaments ayurvédiques si vous souhaitez poursuivre un traitement après la cure.

Supplément selon la catégorie choisie, par personne, en chambre double: de 95 € à 135 € en chambre deluxe ; de 370 € à 455 € en suite ou corner luxury (rez-de chaussée) ; de 445 € à 565 € en corner luxury (étage supérieur).

Conditions particulières :



NOTRE ENGAGEMENT RESPONSABLE

Privilégier la qualité de l'expérience. Se reconnecter à des valeurs fondamentales comme la rencontre, le partage. S'engager en faveur du développement durable... Depuis toujours et bien avant la tendance, **l'écotourisme est notre conception du voyage**. Une vision entérinée par l'obtention du label ATR (Agir pour un tourisme responsable) en mars 2020, certification officielle délivrée par EcoCert garantissant que **nos voyages sont fondés sur la solidarité, le respect de l'environnement, des cultures et des peuples**.

Le tourisme responsable, qu'est-ce que c'est ?

Selon la définition de l'Organisation Mondiale du Tourisme (OMT), le tourisme durable ou responsable est : « un tourisme qui tient pleinement compte de ses impacts économiques, sociaux et environnementaux actuels et futurs, en répondant aux besoins des visiteurs, des professionnels, de l'environnement et des communautés d'accueil ».

Trente ans d'initiatives multiples

Voici quelques-unes des actions jalonnant notre histoire pour concilier activité économique, protection du patrimoine et bien-être social : participation à des programmes de lutte contre le changement climatique en Équateur, en Éthiopie, au Pérou, dans le cadre d'un partenariat avec la Fondation GoodPlanet, présidée par Yann Arthus-Bertrand (2019-2021) ; don à la Fondation de France suite aux explosions à Beyrouth (2020) ; financement du groupe électrogène de l'orphelinat des filles de Pondichéry en Inde (2019) ; don à l'association Soleil Levant, intervenant pour l'éducation et la santé au Laos et au Cambodge (2018) ; soutien de La Maison de la Gare portant assistance aux Talibés, les enfants des rues de Saint-Louis au Sénégal...



POUR EN SAVOIR PLUS
SUR NOTRE ACTION



ICI COMMENCE L'AILLEURS



ASIE



AFRIQUE



CHINE



EUROPE



INDES



OCÉANIE



AMÉRIQUE
DU NORD



AMÉRIQUE
LATINE



ORIENT

JE RÉSERVE MON PROCHAIN VOYAGE

ASIE	01 40 51 95 15	OCÉANIE	01 70 36 35 40
AFRIQUE	01 56 81 38 29	AMÉRIQUE DU NORD	01 53 63 13 43
CHINE	01 40 51 95 00	AMÉRIQUE LATINE	01 53 63 13 40
EUROPE	01 56 81 38 30	ORIENT	01 56 81 38 30
INDES	01 56 81 38 38		

76 rue Bonaparte, 75006 Paris
maisonsduvoyage.com

LES MAISONS
du Voyage