

SOUKYA



<http://www.soukya.com/>

“Soukya” atrodas Bangalorā un ir pirmais holistiskais veselības centrs pasaulē. Centrs piedāvā dažādus ārstēšanas veidus, piemēram, ajūrvēdu, homeopātiju, akupunktūru, jogu u.c. “Soukya” ir izkārtots 9 galvenajās ēkās – medicīnas centrs, administratīvais centrs, jogas zāle, terapijas centrs, ēdamzāle, četras dzīvojamās ēkas – kas visas ir celtas Dienvidindijas tradicionālajā stilā.

“Soukya” piedāvā:

- 20 dažādas istabas (12 deluxe, 4 suites, 4 super deluxe);
- detalizēts veselības novērtējums un individualizētas ārstnieciskās programmas izstrāde;
- skaistumkopšanas programma, atjaunojot un uzlabojot veselību un citas programmas;
- terapijas centrs atsevišķi sievietēm, vīriešiem un kopējais;
- bibliotēka,
- interneta pieslēgums,
- suvenīru veikals;
- kopīga atpūtas telpa ar TV,
- iekštelpu atpūtas iespējas (galda teniss, galda spēles u.c.);
- peldbaseins;
- jogas un meditācijas nodarbības.

PAMATA AJŪRVĒDAS PROGRAMMA – 7 NAKTIS *** PROGRAMMU PEDĀVAJAM VISU GADU**

Cena: *vienai personai DBL numurā – 1326 LVL

Cenā iekļauts:

- transfērs lidosta – viesnīca – lidosta;
- nakšņošana viesnīcā;
- visas ēdienreizes;
- nodokļi;
- ārstēšanās pakalpojumi.

Cenā nav iekļauts:

- lidojums Rīga – Bombeja – Rīga (no 242 LVL);
- lidojums Bombeja – Bangalora – Bombeja;
- Indijas vīza 65 LVL;
- nesēju pakalpojumi lidostā, viesnīcās;
- dzeramnauda gidem, šoferiem;
- personīgie izdevumi;
- apdrošināšana.
- piemaksa par vienvietīgu numuru.

Dienas režīms:

6:00 pastaiga un jogas nodarbības

7:30 – 8:30 Yogasanas & Suryanamaskar – sveiciens saulei

8:30 – 9:00 brokastis

9:30 – 13:00 konsultācijas un ārstnieciskās procedūras

13:00 – 14:00 pusdienas

14:00 – 15:00 atpūta

16:30 – 17:15 meditācija un relaksācija

17:30 – 19:30 pastaigas, galda spēles, peldēšanās, izbraucieni ar velosipēdiem

19:30 – 20:30 vakariņas