

Informations Presse

Détente absolue – les 10 stations ayurvédiques les plus attractives

Les clients de SpaDreams et FIT Reisen ont fait leur choix :



Francfort, 1^{er} octobre 2014. L'Ayurveda - enseignement extrême-oriental pour vivre mieux et en bonne santé - gagne en Occident de plus en plus d'importance, là où le stress du quotidien et la vie trépidante accordent aux gens de moins en moins de temps pour se poser, se reposer et de se ressourcer. Cette science indienne apporte, grâce à des soins traditionnels tels que le Shirodhara, application d'un fil continu d'huile chaude sur le front, le yoga et une alimentation saine, un regain énergie pour mieux appréhender le quotidien. Que ce soit pour vaincre la fatigue du quotidien ou pour soulager les maux physiques, une cure ayurvédique, vraie parenthèse de repos, délivre de tous les fardeaux. Pour vous faciliter au maximum le chemin qui mène à la parfaite cure d'Ayurveda, SpaDreams – FIT Reisen a listé pour vous les hôtels les plus appréciés pratiquant l'Ayurveda.

Le complexe hôtelier **Heritage Ayurveda Maha Gedara** sur la côte ouest du Sri Lanka offre de la relaxation profonde et une superbe vue sur la mer. Dans une atmosphère traditionnelle, grâce à des soins ayurvédiques, du yoga et de la méditation, les hôtes voient leur équilibre intérieur se restaurer. (www.spadreams.fr/heritage).

Le **Life Ayurveda Resort** sur la côte ouest du Sri Lanka offre une complète remise en forme grâce à de l'Ayurveda pratiqué sous les palmiers. L'atmosphère décontractée permet d'oublier le lointain stress du quotidien et les adeptes de la tranquillité retrouveront la paix intérieure (www.spadreams.fr/life).

Le **Devaaya Ayurveda & Nature Cure Center ****** est un centre Ayurvédique de luxe. Il est situé sur l'île de Divar dans la province de Goa en Inde de l'est, lieu qui attire de nombreux visiteurs non seulement pour sa beauté mais aussi pour son histoire indo-portugaise. En plus du traditionnel Ayurvéda, ce complexe propose des cures spécifiques pour la perte de poids et le rajeunissement (www.spadreams.fr/devaaya).

Au cœur de la jungle luxuriante se trouve l'hôtel et centre de cure **Ayurveda-Kuren-Maho**. Là, des soins ayurvédiques sont dispensés depuis des siècles selon la doctrine traditionnelle. Cette expérience millénaire est utilisée pour permettre aux hôtes de profiter de soins ayurvédiques haut de gamme et ainsi de se remettre en forme. (www.spadreams.fr/maho).

Des jardins d'orchidées parfumés entourent le complexe hôtelier de **Nikki's Nest** au sud-ouest de l'Inde. Situé directement sur les plages de l'océan Indien, il y règne une atmosphère parfaite pour la guérison du corps et de l'esprit avec entre autres, des massages ayurvédiques et des bains à base de plantes médicinales. (www.spadreams.fr/nikkis-nest).

Un mélange idéal de joie de vivre méditerranéenne et de sérénité asiatique attend ceux qui recherchent le calme au centre **Ayurveda Mallorca® - House of Silence**. Une magnifique vue sur la vallée environnante et des soins ayurvédiques classiques sont proposés ici ainsi que des méthodes modernes de perte de poids (www.spadreams.fr/house-of-silence).

Le complexe hôtelier **Somatheeram Ayurvedic Health Resort** se trouve en Inde dans la province toujours verdoyante du Kerala, et offre à la fois Ayurvéda authentique et confort occidental. Tout ici respire la détente et la régénération : depuis les maisons traditionnelles au style du Kerala jusqu'au jardin de plantes médicinales (il en compte plus de 200) employées en Ayurvéda. (www.spadreams.fr/somatheeram-ayurvedic).

L'hôtel **Alpino Atlantico****** propose des méthodes thérapeutiques d'Extrême-Orient sur l'île enchantée de Madère. Les hôtes qui cherchent repos et détente sont ici encadrés par une équipe compétente composée de thérapeutes en Ayurvéda et en médecine traditionnelle chinoise (MTC) afin de mieux restaurer votre corps et votre esprit sur l'île aux fleurs. (www.spadreams.fr/alpino-atlantico).

Le **Surya Lanka Ayurveda Beach Resort** est une petite station ayurvédique dans le sud du Sri Lanka, à l'écart des flux touristiques, directement en bord de plage dans une petite baie. Des cures « light » et « intensives » d'authentique ayurveda sont dispensées aux clients selon les préceptes de l'Ashtanga Samitha du 6^{ème} siècle av. JC. (www.spadreams.fr/surya-lanka)

Pour suivre une cure d'authentique Ayurveda, nul besoin de voyager loin. L'établissement Yoga Vidya dans la forêt de Teutoburg ne s'est pas uniquement consacré Yoga : il est aussi au cœur d'un magnifique et calme paysage. Dans le passé déjà ce site était connu pour son pouvoir de régénération, aujourd'hui il apporte la détente grâce à des cures et des thérapies indiennes de relaxation (www.spadreams.fr/yoga-Vidya).

À propos de SpaDreams – FIT Reisen

SpaDreams – FIT Reisen - est le plus grand tour-opérateur spécialisé dans les séjours santé et bien-être dans les pays germanophones. En 2013 FIT Reisen a créé les marques internationales SpaDreams (en Français, Anglais, Néerlandais, Polonais) et SpaOteli (Russe). L'entreprise est basée à Francfort et le centre international est à Hambourg. Grâce à ses offres diversifiées, de grande qualité, son service personnalisé d'un excellent rapport qualité-prix, il est devenu non seulement le leader de la branche mais a aussi été élu en 2014 en tant que tour-opérateur le plus innovant dans le domaine de la santé. Depuis déjà 40 ans FIT Reisen est synonyme d'offres de vacances saines, de remise en beauté et en forme ainsi que de loisirs. Actuellement, SpaDreams – FIT Reisen propose plus de 2200 séjours de rêve différents avec des offres de cures, de soins médicaux, de beauté, d'Ayurveda, de yoga et de bien-être, dans 220 destinations différentes et 500 hôtels dans plus de 40 pays.

Vous trouverez ce communiqué de presse, ainsi que **des informations et des photos** concernant les offres de SpaDreams sous : www.spadreams.fr/espace-presse/

Notez SVP: L'utilisation des images/photos est uniquement autorisée dans le contexte d'offres professionnelles faites par **SpaDreams – FIT Reisen** et l'indication des hôtels doit figurer. Toute autre utilisation est soumise à un accord écrit préalable payant. Le transfert et/ou la transmission du matériel photographique à des tiers est interdite.