

Ayurveda-Wochen im Goms



Verborgene Täler, lichtdurchflutete Lärchenwälder, kristallklare Bergseen, betörende Farbenpracht. Erleben Sie während der Ayurveda-Woche im Hotel Castel in Blützingen die grandiose Alpenlandschaft mit Blick auf die imposanten Walliser Gipfel auf der Sonnenterrasse im Goms. Die authentische Natur- und Kulturlandschaft macht das sonnenverwöhnte Hochtal zu einer einzigartigen Ferienregion. Keinen Steinwurf von den sonnengebrannten Holzhäusern des Dorfes Blützingen entfernt umgibt Sie ein atemberaubender Naturpark. Das Begehen des atmosphärischen Kneipp-Weges ist sehr zu empfehlen.



Das Hotel Castel in Blützingen (siehe Foto oben) wird bereits seit 1995 erfolgreich vom sympathischen Ehepaar Brigitte und Peter Gschwendner geführt. Das Hotel liegt oberhalb des Dorfes Blützingen, auf 1350 Metern, mitten in der imposanten Bergwelt des Goms. Einst trohnte dort eine Trutzburg und gab dem Hotel seinen Namen. Ein idealer Ort für erholsame, regenerierende Ayurveda-Wochen.

Ayurveda – ein Rendez-vous mit sich selbst

Ayurveda birgt in sich das uralte Wissen um Gesundheit, Schönheit und ein langes Leben. Es handelt sich dabei um ein Jahrtausend altes Heilwissen aus Indien. In unsere Sprache übersetzt, bedeutet Ayurveda «das Wissen vom Leben». Gemeint ist das Wissen über sich selbst. Es geht um den Menschen als Ganzes und seine Fähigkeit, sich selbst zu heilen, sowie ein Gefühl dafür zu entwickeln, was für ihn gesund und gut ist.

Die ayurvedischen Behandlungen entschlacken den Körper von Toxinen, die sich oft während Jahren angehäuft haben, egal durch welche Ursachen. Sie ermöglichen eine Zellregeneration, verbessern die Durchblutung und den Fluss der Energien. Durch die Stärkung des Terrains schafft Ayurveda mehr Ordnung im Organismus und ermöglicht ein sich steigerndes Wohlbefinden. Die Ayurveda-Woche ist ein Rendez-vous mit sich selbst, um den Kontakt mit seinem tiefsten Inneren neu zu knüpfen, um Kraft, Freude und Ausgeglichenheit wieder zu finden. Denn das Erhalten der Gesundheit ist die beste Medizin. Jedes Jahr eine Ayurveda-Woche und Sie tun wirklich etwas Gutes zur Erhaltung Ihrer Gesundheit: «Ayurveda als Prävention».



Ich biete Ayurveda-Wochen in kleinen Gruppen an. Das gibt mir die Möglichkeit, bei den ayurvedischen Behandlungen ganz speziell auf Ihre Bedürfnisse einzugehen und für Sie Ihre ganz persönliche Ayurveda-Woche zusammenzustellen. Beim angewendeten Öl achte ich darauf, dass es Ihrem Dosha, ihrer Konstitution, entspricht. Sie erhalten jeden Tag eine auf Sie abgestimmte ayurvedische Behandlung. So bleibt genügend Zeit für Sie persönlich. Zeit für Begegnungen; Zeit für Stille; Zeit für Spaziergänge; Zeit für Erkenntnisse; Zeit, den erhaltenen Behandlungen und Massagen Raum zu geben.

Daten: Siehe Webseite www.tejas.ch

Anreise: Sonntag zwischen 16 und 17 Uhr; Abreise Freitag nach dem Mittagessen.
Nähere Angaben über Anreise und Zimmer finden Sie unter www.hotel-castle.ch

Preis: Fr. 1 800.-- im grosszügigen Appartement mit Dusche/WC, Küche, Schlaf- und Wohnzimmer. In diesem Preis sind alle Übernachtungen, alle für Sie liebevoll zubereiteten ayurvedischen Mahlzeiten (Vollpension), zwei Yoga-Stunden und sämtliche ayurvedischen Behandlungen und Massagen (unter anderem Abhyanga, Kansu, Shirodhara, 4-händige Synchron-Massage) inbegriffen, sowie der Besuch des Spa-Bereiches.

Anmeldung: tejas ayurveda, Doris Nydegger-von Arx, 3800 Sundlauenen, Tel. 079 421 47 51,
www.tejas.ch, info@tejas.ch

Bezahlung: Nach Ihrer Anmeldung erhalten Sie eine Rechnung; diese bezahlen Sie während Ihrem Aufenthalt im Hotel Castle, Blützingen.