## Herbstgenuss mit Wellness & Ayurveda im Larimar

**Wärmende Ayurveda-Behandlungen, aktivierendes Hatha Yoga und köstliche ayurvedische Kulinarik sind im Herbst und Winter besonders wohltuend für Körper, Geist und Seele.**

36 Grad warmes Thermalwasser sprudelt um den Körper, während die goldene Sonne hinter mystischen Nebelschwaden am Horizont auftaucht und sich die Natur langsam in ihr farbenfrohes Herbstkleid legt – das Wellnesserlebnis ist im Hotel & Spa Larimar\*\*\*\*Superior im Herbst und Winter einfach einzigartig. Entspannende Ayurveda-Behandlungen bei indischen Gesundheitsspezialisten und Yoga mit indischen Yogis ergänzen den Herbst- und Winterwellnessurlaub wunderbar und sorgen dazu für einen außergewöhnlichen Gesundheitsmehrwert. Die köstliche ayurvedische Ernährung rundet das authentische Ayurvedaerlebnis perfekt ab.

### Top Ayurveda Team aus Indien im Larimar

Zwei hervorragende Ayurveda- und Naturheilärzte und fünf erfahrene Ayurveda-Therapeuten aus Indien verwöhnen bei 20 verschiedenen Ayurveda-Behandlungen mit wohlduftenden ayurvedischen Kräutern und Ölen.

Als jahrtausendealte Gesundheitslehre betrachtet Ayurveda den Menschen ganzheitlich in seiner körperlichen, geistigen und seelischen Verfassung. Daher ist auch die ayurvedische Ernährung ein wesentlicher Bestandteil einer Ayurvedakur. Spezielle ayurvedische Kräuter und Gewürze wie Kurkuma, Kardamom, Safran und Ingwer fördern die Verdauung und Gesundheit. Die Inhaltsstoffe der Ingwerwurzel etwa, haben entzündungshemmende, antioxidative und antibakterielle Eigenschaften, die zur Stärkung des Immunsystems beitragen können. Auch enthält Ingwer eine Reihe von Vitaminen, Mineralstoffen und Antioxidantien.

In Kombination mit dem heilsamen Thermalwasser, entschlackendem Meerwasser und 7 verschiedenen Saunen, stärkt eine Ayurvedakur im Larimar die Gesundheit optimal: Während die Ayurveda-Wellness-Kuren für mehr Wohlbefinden und Gesundheit sorgen, unterstützen Ayurveda-Detox-Kuren die Entschlackung und Entgiftung des Körpers. Ayurveda für Rücken und Gelenke hilft bei Rücken- und Gelenkbeschwerden. Ayurveda Heilsame Nächte sorgt für gesunden Schlaf. Die individuelle Yoga-Therapie mit der einzigen „Master of Yoga“ in Europa geht individuell auf die Bedürfnisse ein. Eine Rasayana Kur stärkt das Körpergewebe „Dhatus“, belebt die Vitalfunktionen und beruhigt strapazierte Nerven sowie überbeanspruchte Organe. Die tiefgreifendste Ayurveda-Therapie ist die dreiwöchige Panchakarma-Kur. Sie kann das dynamische Gleichgewicht der Bioenergien wiederherstellen. Besonders wer sich kraft- und energielos fühlt und geistige sowie physische Beschwerden lösen möchte, findet im Panchakarma eine geeignete Methode der Reinigung. [www.larimarhotel.at](https://www.larimarhotel.at/ayurveda-hotel-oesterreich/ayurveda-behandlungen/)

Ayurveda zum Kennenlernen

**3 Nächte** mit allen Larimar-Inklusivleistungen, 1 ayurvedische Puls-Analyse mit Gesundheitsberatung, 1 Abhyanga Ganzkörperölmassage, 1 Kizhi Kräuterstempelmassage, täglich Hatha-Yoga mit indischem Yogi, ayurvedische Ernährung. **Preis p. P./DZ:** ab 750 Euro statt 838 Euro. Weitere Ayurveda-Wellness-Pakete sind mit 2, 5 (So-Fr) und 7 ÜN buchbar.

3.092 Zeichen  
Abdruck honorarfrei,  
Belegexemplar erbeten!