

DEUTSCHLAND

Sathya Ayurveda - Hotel Villa am Park:
Authentisches Ayurveda im Naturpark in Bad Orb



D E T A I L P R O G R A M M

REISEDETAILS	3
Reiseverlauf	3
Allgemeine Beschreibung	3
Kur/Hausprogramm	3
Unterkunft	4
Verpflegung	4
Umgebung	4
PRAKTISCHE HINWEISE.....	5
Atmosfair / Anreise / Transfers.....	5
Gesundheit und Impfungen	5
Mitnahmeempfehlungen	5
Versicherung	5
Nebenkosten / Trinkgelder	5
Umwelt	6
Sonstiges	6
LAND UND LEUTE	7
Zeitverschiebung und Klima	7
Religion und Kultur.....	7
Essen und Trinken	7
Einkaufen und Souvenirs	7
ANHANG.....	7
Reiseliteratur.....	7
Kontaktdaten und Anmeldung	8

REISEDETAILS

REISEVERLAUF

- Ayurveda in der Tradition Sri Lankas
- Professionelles Therapeutenteam
- Authentische Ayurvedaküche



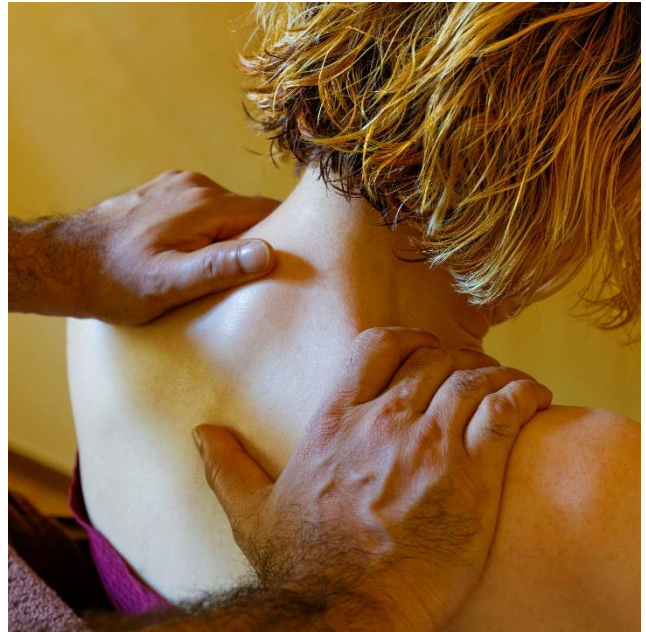
ALLGEMEINE BESCHREIBUNG

Ausspannen vom Alltag, traditionelles Ayurveda erleben - im schönen Spessartwald wird Ihnen dies ganz leicht fallen! Das Sathya Ayurveda Hotel Villa am Park liegt im bekannten Kurort Bad Orb im Herzen Deutschlands. Die Villa am Park überrascht mit einer besonders familiären Atmosphäre, in der man sich sofort wohl und gut aufgehoben fühlt. Das Haus kombiniert 70-er Jahre Charme mit warmem singhalesischem Ambiente, das mit viel Liebe und Kreativität durch fernöstliche Dekoration und singhalesisches Kulturgut geschaffen wurde.



KUR/HAUSPROGRAMM

Im Hotel Sathya Ayurveda Villa am Park haben Sie die Gelegenheit die ganze Welt des authentischen Ayurveda Sri Lankas kennen zu lernen. Der Ayurveda-Arzt Dr. Sajan betreut Sie individuell und geht auf Ihre persönlichen Bedürfnisse ein.



Er nimmt sich sehr viel Zeit für die individuelle Eingangsdiagnose und bespricht mit Ihnen den Behandlungsverlauf der Kur. Darüber hinaus ist er bei den Mahlzeiten anwesend und steht Ihnen jederzeit für Fragen zur Verfügung. Das aus Sri Lanka stammende Team aus männlichen Ayurveda-Therapeuten ist hochprofessionell ausgebildet und verwendet authentische Produkte für wohltuende ayurvedische Anwendungen. Diese werden alle aus Sri Lanka bezogen, von einem der ältesten und renommierten Ayurveda Häuser, auch als „Gampaha Wickramaarachchi Ayurveda“ bekannt. Entsprechend Ihrem individuellen Behandlungsplan werden Sie mit verschiedenen Massagen, Ölgüssen, Dampfbädern und weiteren Anwendungen verwöhnt.

Montags, mittwochs und freitags wird vom Hotel ein wohltuendes Yogaprogramm angeboten sowie dienstags, donnerstags und samstags entspannende Meditationsübungen. Einmal in der Woche findet ein Kochkurs statt, in dem die Gäste lernen, wie ayurvedische Speisen zubereitet werden. Hieran können

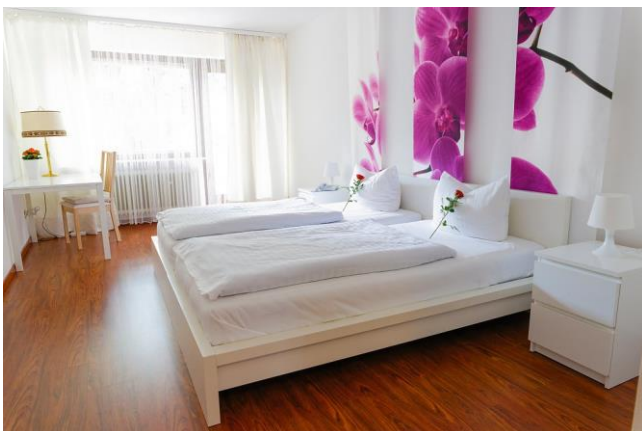
Sie gerne teilnehmen, wenn sich die Zeiten nicht mit den Anwendungen überschneiden.



Es werden maximal 14 Kurgäste an einem Tag betreut, so dass Sie sicher sein können, dass man sich viel Zeit für Sie nimmt und Ihnen eine ganzheitliche Ayurveda Kur geboten wird.

UNTERKUNFT

Es gibt insgesamt 9 Standard-Zimmer, 3 Komfort-Zimmer und 2 Superior-Zimmer. Alle Zimmer sind nach hinten zum Garten ausgerichtet und haben einen Balkon. Bereits die „kleinste Kategorie“, die Standard-Zimmer, haben eine Größe von 28m². Die Superior-Zimmer verfügen sogar über einen begehbaren Kleiderschrank. Alle Zimmer sind schlicht eingerichtet und bieten Ihnen Telefon, Safe, Schrank, Fön, Bademäntel und eine Sitzgelegenheit. Auf Wunsch kann ein Fernseher auf das Zimmer gestellt werden. W-LAN steht Ihnen kostenfrei in der Lobby zur Verfügung.



VERPFLEGUNG

Das Küchenteam aus Sri Lanka verwöhnt Ihren Gaumen mit ayurvedischen Gerichten, die Ihre Kur auf ideale Weise unterstützen. Die bio-zertifizierte Küche bietet Ihnen Mahlzeiten, die mit viel Sorgfalt und hervorragenden regionalen Produkten nach singhalesischen Rezepten zubereitet werden. Die gesunde Ernährung wird durch Kräutertees und heißes Wasser ergänzt, die Ihnen ständig zur Verfügung stehen. Das Haus bezieht die für die Kur wichtigen Nahrungsmittel in Bio Qualität von ihrem Partner Bio Foods Pvt. Ltd. (www.biofoodslk.com) aus Sri Lanka.



UMGEBUNG

Die Umgebung von Bad Orb bietet einige interessante Attraktionen. So lädt beispielsweise der Spessart Wildpark zu ausgedehnten Spaziergängen ein. Der Spessartbogen - ein Wanderweg eröffnet ungeahnte Perspektiven auf die Spessartlandschaft. Der Spessartbogen erfüllt alle Ansprüche des Genusswanderers an ein unbekümmertes Wandern, führt über erlebnisreiche, gut markierte Naturwege und Pfade. Auf unterhaltsame Art und Weise schlägt er einen etwa 90 Km langen Bogen zum Kinzigtal durch die einzigartige Waldlandschaft des hessischen Spessarts.

Der Spessartbogen kann in mehreren Tagestouren erwandert werden. Ob von Langenselbold oder Schlüchtern - Sie können den Bogen ganz nach Belieben erwandern. Von verschiedenen Bahnhöfen gelangen Sie über die gekennzeichneten Zubringerwege den Spessartbogen. Es erwartet Sie herrliche Landschaftseinsblicke, spannende Entdeckungen und unvergessliche Momente.

PRAKTISCHE HINWEISE

ATMOSFAIR / ANREISE / TRANSFERS

Mit dem Zug können Sie bis nach Wächtersbach fahren. Hierfür buchen wir Ihnen gerne ein günstiges RIT-Bahnticket für eine entspannte und umweltschonende An- und Abreise. Am Bahnhof holt Sie ein Shuttle-Service des Hotels zum Preis von ca. 15 Euro pro Strecke gerne ab. Bitte nehmen Sie hierfür direkt Kontakt mit dem Hotel auf.

Mit dem Auto können Sie über die Autobahn A 66 anreisen. Von dort aus nehmen Sie die Abfahrt Bad Orb/Wächtersbach und fahren ein paar Kilometer über die Landstraße nach Bad Orb.

GESUNDHEIT UND IMPFUNGEN

Wichtige Medikamente

Nehmen Sie bitte Ihre gewohnten Medikamente in ausreichender Menge mit. Sie sollten sich in Absprache mit Ihrem Hausarzt eine kleine Reiseapotheke zusammenstellen. Wichtig sind Medikamente gegen Grippe, sowie Magen- und Darmverstörungen. Wer regelmäßig Medikamente einnehmen muss, unter psychischen oder physischen Krankheiten leidet, sollte vor Abreise seinen Hausarzt konsultieren.



MITNAHMEEMPFEHLUNGEN

Wir empfehlen Ihnen leichte bequeme Kleidung für die Yoga Einheiten mitzubringen. Für das Zimmer empfiehlt es sich Hausschuhe mitzubringen. Des Weiteren raten wir aufgrund der Öle, die bei den Massagen eingesetzt werden, möglichst zum Tragen von unempfindlicher oder kochfester Wäsche, die gut gereinigt werden kann.

Ein Kopftuch aus Baumwolle oder eine Baumwollmütze sollten Sie mitbringen, da sich der Kopf nach Ölanwendungen, während der Einwirkzeit, etwas kälter anfühlen kann.

VERSICHERUNG

Wir empfehlen Ihnen dringend eine Reiserücktrittskosten-Versicherung abzuschließen. So sind Sie finanziell geschützt, falls Sie Ihre Reise aus gutem Grund doch nicht antreten können. Außerdem empfehlen wir den Abschluss einer Reiseabbruchversicherung, damit Sie abgesichert sind. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit bei Bedarf eine Reisegepäck- und Soforthilfe-Versicherung abzuschließen. Die gewünschten Versicherungen können Sie entweder direkt bei der Buchung, oder auch nachträglich bei NEUE WEGE buchen. So können Sie sich ganz beruhigt auf den Urlaub freuen. Bitte beachten Sie im Einzelnen die Versicherungsbedingungen.



NEBENKOSTEN / TRINKGELDER

Im Hotel ist eine Zahlung in Bar, mit EC - Karte oder per Überweisung möglich.

Trinkgeld

Es ist schön, wenn das gesamte Team von den Ayurveda-Therapeuten bis zur Küche, den Reinigungskräften und den Service-Mitarbeitern gleichmäßig Anteil am Trinkgeld hat. Daher empfehlen wir das Trinkgeld am Ende Ihres Aufenthaltes an der Rezeption für das gesamte Team abzugeben. Wir empfehlen, je nach Zufriedenheit 30-50 Euro für die Woche einzuplanen.

UMWELT

Als nachhaltiger Reiseveranstalter legen wir großen Wert auf Umweltschutz und eine angemessene Nutzung der örtlichen Ressourcen. Auch der Einzelne trägt hier Verantwortung und kann dazu beitragen seine Reise nachhaltig zu gestalten! Wasser und Elektrizität sind in vielen Ländern ein knappes Gut. Durch einen sparsamen Umgang mit diesen Ressourcen unterstützen Sie eine nachhaltige Entwicklung. Achten Sie darauf, so wenig Müll wie möglich zu produzieren. Hierbei können schon ein paar kleine Schritte sehr hilfreich sein! Die Nutzung von Plastikflaschen kann durch die Mitnahme wiederverwendbarer Trinkflaschen vermieden werden. Diese können mit aufbereitetem Wasser aufgefüllt werden. Beim Einkauf können Sie durch die Mitnahme eines Stoffbeutels den Gebrauch von Plastiktüten umgehen. So können Sie helfen, das Plastikaufkommen zu reduzieren.



SONSTIGES

Mit NEUE WEGE reisen Sie nachhaltig!

Corporate Social Responsibility (CSR) beschreibt die unternehmerische Verantwortung für eine nachhaltige Entwicklung. Diese bezieht sich auf das wirtschaftliche Handeln eines Unternehmens, auf umweltbezogene Aspekte bis hin zu sozialen Beziehungen und Strukturen. Das CSR-Siegel, das von einem unabhängigen Zertifizierungsrat TourCert (Experten aus Tourismus, Wissenschaft, Umwelt, Entwicklung & Politik) vergeben wird, gibt Auskunft über die Wesentlichkeit und Überprüfbarkeit der nachhaltigen Entwicklung bei Touristikunternehmen. Nachhaltigkeit ist schon seit Firmengründung elementarer Bestandteil der NEUE WEGE Firmenphilosophie. Wir haben die CSR-Initiative ergriffen und geben Ihnen, als verantwortungsvollem Urlaubsgast, Orientierungshilfe und schaffen mehr Transparenz zum Thema Nachhaltigkeit. Für den Erhalt des CSR-Siegels in 2009 hat NEUE WEGE einen Nachhaltigkeitsbericht zur Dokumentation aller CSR-Aktivitäten verfasst. Mit den Re-Zertifizierungen im März 2011 und 2014 unterstreichen wir den kontinuierlichen Verbesserungsprozess in Bezug auf unsere Nachhaltigkeitsziele. Sehen Sie selbst und lesen Sie mehr im NEUE WEGE Nachhaltigkeitsbericht unter:

www.neuwege.com/csr

LAND UND LEUTE

ZEITVERSCHIEBUNG UND KLIMA

Das Klima im Spessart ist gemäßigt, aber warm. Kennzeichen sind kühle Sommer und mäßig kalte Winter. Es gibt viele Waldgebiete, wodurch die relative Luftfeuchtigkeit recht hoch ist. Dies führt häufig zu Nebelbildung.



RELIGION UND KULTUR

Der Spessart ist eine Region mit langer Tradition. Durch die vielen Waldgebiete diente der Spessart früher vor allem als Jagdrevier. Zahlreiche Schlösser und Burgen können hier besichtigt werden und werden Sie mit Ihren Ausstellungen in ihren Bann ziehen.

ESSEN UND TRINKEN

Das Frankental ist vor allem für seine Süßwaren und für seine Fleisch- und Wurstwaren bekannt. Durch die vielen Waldgebiete gibt es hier besonders viele Spezialitäten aus Wildschwein oder Hirsch. Auch die Spessartforelle ist im Land relativ bekannt.

Das wohl bekannteste Produkt aus dem Frankental ist der Frankenwein. Seine Trauben wachsen an den Hängen des Maintales und zeichnet sich durch einen ausgezeichneten Geschmack aus, was den Muschelkalkböden zu verdanken ist.

EINKAUFEN UND SOUVENIRS

Durch seinen besonderen Geschmack ist wohl der Frankenwein eines der beliebtesten Mitbringsel aus einem Urlaub im Spessart. Die besondere Form der Flasche wird "Bochsbeutel" genannt.

ANHANG

REISELITERATUR

Es gibt eine Vielzahl an literarischen Werken, die sich mit Deutschland beschäftigen. Wir möchten Ihnen an dieser Stelle eine Auswahl an Reiseführern empfehlen, die sich auf die Region Spessart konzentrieren.

Gerhard Heimler und Thorsten Lensing:

Rund um Frankfurt.

Bergverlag Rother (2016).

ISBN: 3763344683

Seiterle, Michael:

3in1-Reiseführer Spessart.

Public Press Verlag (2015).

ISBN: 3899208412



KONTAKTDATEN UND ANMELDUNG



Hannah Gratzfeld

Europa

h.gratzfeld@neuewege.com

02226-1588-106



Michaela Heising

Europa

m.heising@neuewege.com

02226-1588-108

NEUE WEGE Seminare & Reisen

Am Getreidespeicher 11, 53359 Rheinbach

Tel: +49 (0)2226-1588-00, Fax: +49 (0)2226-1588-070

info@neuewege.com, www.neuewege.com

NEUE WEGE ist seit 2009 mit dem CSR (Corporate Social Responsibility) Nachhaltigkeitssiegel zertifiziert!