

Ayurvedische Detoxreis naar Riogordo, Malaga

12 t/m 19 mei 2018



Wij hebben een huis ter beschikking in de prachtige natuur van Andalusië. Wij gaan samen met jou op een Oosterse wijze reinigen.

Naast de dagelijkse behandelingen heb je voldoende tijd voor jezelf om te genieten van de stilte, het lezen van een boek of heerlijk te zonnen.





Ayurvedische Detoxreis naar Riogordo, Malaga

12 t/m 19 mei 2018 hebben wij een huis ter beschikking in de prachtige natuur van Andalusië.

Wij gaan samen met jou op een Oosterse wijze reinigen. Dit houdt in:

- Driemaal per dag een **Ayurvedische maaltijd** die de reiniging ondersteunt
- In de ochtend **Kundalini Yoga**
- Elke dag Ayurvedische massage met **zweetcabine**
- De massages zijn met warme kruidenolie
- Het programma wordt op jouw constitutie afgestemd
- Voorafgaand aan de reis bepalen we jouw Vata-Pitta-Kapha natuur en geven we je tips mee voor de voorbereiding

Naast de dagelijkse behandelingen heb je voldoende tijd voor jezelf om te genieten van de stilte, het lezen van een boek of heerlijk te zonnen.

Bijzonderheden:

- Maximaal 6 deelnemers
- Voor elk een eigen kamer met douche en toilet
- Het huis beschikt over een zwembad met privacy
- De omgeving leent zich uitermate voor een rustige wandeling met of zonder gids
- Het dorpje is op afstand van 15 minuten lopen
- We hebben een eigen kok die rekening houdt met elke constitutie
- Je krijgt een professioneel advies mee om na de reinigingsweek de opbouw goed te laten verlopen

Kijk voor de prijs op: www.ayurveda-uden.com of bel naar 06 10759534

Deze reis wordt georganiseerd door:
Yolande Aelbrechts en Josephine Broeders

