

GOA | INDIEN

EN AYURVEDISK REJSE



INDIVIAS

Dagmar Petersens Gade 80, 5tv. 8000 Aarhus C
Tlf: 5188 8943 Mail: info@indivias.dk [facebook.com/indivias/](https://www.facebook.com/indivias/)
www.indivias.dk

♥ NORDLYS

REJSEGARANTI
FONDEN
REG. NR. 2708

INDIVIAS

PERSONLIGE REJSER & UDVIKLING

DETOX I GOA

TAG MED PÅ ET AYURVEDISK OPHOLD MED INDIVIAS V/ DR. ROHIT
I MANDREM BEACH OG DODAMARG, GOA I INDIEN



Ayurveda er en 5.000 år gammel sundhedsvidenskabelig tilgang til at holde krop og sind i balance.

På et ayurvedisk ophold bliver du tilset af Dr. Rohit, som laver en grundig undersøgelse af ubalancer i din krop. Der bliver ud fra de ubalancer lavet en plan bestående af daglig massage, yoga og eventuel udrensning med olie eller urter.

Dyrker du ikke yoga, kan du sagtens deltage alligevel.

Udrensningen kan hjælpe på flere fysiske skavanker, igangsætte vægttab og du vil samtidig opleve en lethed både følelsesmæssigt og mentalt.

Det er en rejse ind i dig selv, hvor både det fysiske og psykiske tager en ny form. Der vil derfor undervejs på turen være mulighed for individuelle samtaler.

Der vil løbende være aktiviteter på rejsen, som kan befordre din personlige proces, herunder meditation og afspænding.

Pladser: 16 gæster (Min. 6 pers.)
Datoer for afrejse: Februar 2020

Pris fra DKK 18.995,-
Efter d. 1. maj 2019, bliver turen 1.000 kroner dyrere grundet stigende priser på flybilletter.

Vi har prioriteret rejsebekvemmelighed og fysisk aktivitet højt, og rejser derfor så direkte som muligt til Goa.

PROGRAM:

UGE 1: Mandrem Beach, med indkvartering på Mandrem Paradise, lige overfor Dr. Rohits klinik.

UGE 2: Vi tager til Dr. Rohits nye klinik i junglen ca. 1 time fra Mandrem Beach, hvor vi vil opholde os i en uge, under anden del af udrensningen. Stedet emmer af ro og er selvforsynende med både frugt og grønt. Alt er økologisk.

Dr. Rohit afslutter dit ophold med en simpel, individuel plan med kost og leveregler, som du kan bruge efter hjemkomsten, til at forblive i balance.

For mere info/tilmelding - kontakt Camilla på: camilla@indivias.dk