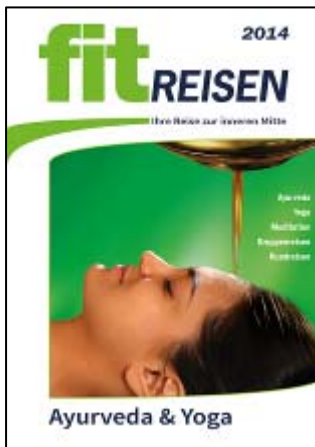


## PRESSE-INFORMATION

### FIT Reisen: Authentische Ayurveda und Kraft durch Yoga

#### ***Neuer Katalog Ayurveda & Yoga – Harmonie für Körper, Geist und Seele – Kraft und Ausgeglichenheit***



Frankfurt, 15. Januar 2014. Erstmals präsentiert der auf Gesundheitsreisen spezialisierte Veranstalter FIT Reisen einen Katalog zu den Themen Ayurveda & Yoga. Auf 106 Seiten werden die Heilmethoden erklärt, Tipps zum bestmöglichen Aufenthalt gegeben sowie spezialisierte Resorts und deren Arrangements vorgestellt. Seit über 20 Jahren bietet FIT Reisen authentische Ayurveda Kuren an und konnte dabei jahrzehntelange Erfahrung sammeln. Im neuen Katalog Ayurveda & Yoga erwartet den FIT Reisen Gast die gesamte Bandbreite der Heilkünste – von einfach bis exklusiv, von traditionell bis modern, von „Ayurveda light“ bis zur Panchakarmakur. Zudem garantiert der Veranstalter individuelle Beratung und maßgeschneiderte Angebote zum Bestpreis.

Die traditionelle aus Indien stammende Gesundheitslehre Ayurveda ist ein Allroundtalent. Mit ihrem ganzheitlichen Ansatz, der die individuelle Lebenssituation des Einzelnen mit einbezieht, gewinnt Ayurveda gerade in der westlichen Gesellschaft mit ihren Zivilisationskrankheiten immer mehr an Bedeutung. Nach ayurvedischer Auffassung muss der Körper immer in Verbindung mit Geist und Seele betrachtet werden. Authentische ayurvedische Diagnosen und Therapien berücksichtigen daher alle Aspekte des menschlichen Seins. So eignet sich eine Ayurveda-Kur nicht nur als Stress-Killer, sondern führt zu Revitalisierung, Entschlackung, Verjüngung, Heilung, Vorbeugung von Krankheiten und damit zur Steigerung des Wohlbefindens.

Sieben neue Resorts in Spanien, Sri Lanka, Slowenien und Indien ergänzen das Ayurveda Portfolio von FIT Reisen. Ganzheitliche Behandlungen mit schulmedizinischer Diagnose, Naturheilkunde und Ayurveda erwartet den FIT Reisen Gast im **Hotel Balneario El Bosque**. Das Hotel liegt ruhig im spanischen Naturpark Cuenca Alta del Manzanares etwa 45 Kilometer von Madrid entfernt. Schwerpunkte des in ganz Spanien führenden Zentrum für authentische Ayurveda des Hauses sind: Verjüngung auf Zellebene, Gewichtsreduktion,

## PRESSE-INFORMATION

Burn-out und die Behandlung von Beschwerden in den Wechseljahren. Eine klassische Ayurveda-Kur mit fünf Übernachtungen inklusive vegetarisch-ayurvedische Vollpension und täglich vier bis fünf individuell abgestimmten Ayurveda-Anwendungen ist bei FIT Reisen ab 1.070 Euro pro Person buchbar. Vorteil des Hauses: Es werden keine Einzelzimmerzuschläge erhoben.

An der Südwestküste Sri Lankas, in direkter Strandlage und etwa 10 Autominuten von Bentota entfernt begrüßt das **AIDA Ayurveda Resort Induruwa** die FIT Reisen Gäste. Die traditionelle Ayurveda-Kur Panchakarma ist bei 14 Übernachtungen inklusive ayurvedischer Vollpension ab 648 Euro pro Person erhältlich. Auch hier sind Alleinreisende herzlich Willkommen und zahlen keinen Einzelzimmerzuschlag.

Ein weiterer neuer FIT Reisen Hotelpartner ist das Luxus-Resort **The Leela Kovalam\*\*\*\*\*** in Kerala, Indien. Das Resort überzeugt mit erstklassigem Service und einer großen Auswahl an Spa- und Ayurveda-Anwendungen. Das Arrangement Ayurveda Rejuvenation ist mit sieben Übernachtungen inklusive ayurvedischer Vollpension bereits ab 742 Euro pro Person im Doppelzimmer buchbar.



Zur gleichen Hotelgruppe gehörend begrüßt das **The Leela Palace Udaipur\*\*\*\*\*** die FIT Reisen Gäste im Nordwesten Indiens, in Udaipur am Lake Pichola. Das luxuriöse Hotel gehört laut Conde Nast Traveller zu den „World’s Best Hotels“. Ein einwöchiger Luxus-Aufenthalt als ideale Kombination mit einem Ayurveda-Programm im The Leela Kovalam\*\*\*\*\* ist hier ab 787 Euro pro Person im Doppelzimmer inklusive Frühstück zu buchen.

Direkt am indischen Marari Strand, etwa 42 Kilometer von Cochin entfernt, liegt das ökologisch ausgerichtete **Carnoustie Ayurveda & Wellness Resort**. 2012 wurde das Haus vom Business Destinations Magazin mit dem Travel Award „Bestes Luxus-Spa Resort Indien“ ausgezeichnet. Die Original Ayurveda-Anwendungen im exklusiven Ayurveda-Zentrum erfolgen auf Basis der Arya Vaidyasala Lehre. Die klassische Ayurveda-Kur mit

## PRESSE-INFORMATION



sieben Übernachtungen inklusive ayurvedischer Vollpension ist ab 1.937 Euro pro Person buchbar.

Am Fuße des Himalaya, etwa 12 Kilometer von Dehradun entfernt, begrüßt das 2014 neu eröffnete Luxus-Retreat **Vana Malsi Estate**\*\*\*\* die FIT Reisen Gäste. Mit ganzheitlichen Anwendungen und regenerativer Prävention wird hier Gesundheit

erlebbar gemacht. Das zeitgemäße und moderne, schicke Design steht im Einklang mit der Natur und mit einem innovativen Energiekonzept. Das Arrangement Vana Retreat Classic ist bei vier Übernachtungen inklusive Vollpension und vier individuellen Spa-Anwendungen sowie Arztgespräch bereits ab 810 Euro pro Person erhältlich.

Kraft und Ausgeglichenheit finden FIT Reisen Gäste bei Yoga. Yoga hat nachweislich viele positive Effekte auf Körper und Geist. Es bewirkt den Aufbau der gesamten Körpermuskulatur und kann zur Linderung von Krankheitsbildern führen wie etwa bei Durchblutungsstörungen oder Kopf- und Rückenschmerzen. Alle von FIT Reisen angebotene Resorts mit Spezialgebiet Yoga erfüllen strengste Qualitätskriterien und verfügen über hervorragend ausgebildete Yoga-Lehrer.

Spezielle Yoga-Wochenenden, Wochen oder Yoga-Retreats in paradiesischem Ambiente erleben FIT Reisen Gäste in auserwählten Resorts wie dem **The Paradise Koh Yao**\*\*\*\*<sup>S</sup> auf der gleichnamigen thailändischen Insel, dem **Aleenta Hua Hin**\*\*\*\*<sup>S</sup>, dem **Aleenta Phuket**\*\*\*\*<sup>S</sup>, dem indischen **Shreyas Yoga Retreat** und dem **Zening Resorts Elia Village**\*\*\*\* in Zypern. Drei weitere auf Yoga spezialisierte Resorts befinden sich auf der beliebten thailändischen Insel Koh Samui: **Absolute Sanctuary**\*\*\*\*, **Kamalaya Koh Samui**\*\*\*\* sowie das **Akaryn Samui Resort & Spa**\*\*\*\*. Wer nicht in ferne Länder reisen möchte, kann die indische Lehre auch in Deutschland genießen. Das **Haus Yoga Vida** in Horn-Bad Meinberg lehrt Yoga, Meditation und Spiritualität nach indischer Tradition.

## PRESSE-INFORMATION

Erstmals im FIT Reisen Katalog vertreten ist die Antillen-Insel St. Lucia in der östlichen Karibik. Das karibische Eiland ist ein Naturparadies, dessen



Mineral- und Schwefelquellen seit langem sehr geschätzt werden und seit 2004 zum Weltkulturerbe zählen. An der Nordwestspitze von St. Lucia am feinen Caribblue Strand befindet sich das elegante All Inclusive Resort **The BodyHoliday LeSport\*\*\*\*\***. Das Versprechen des Hauses ist ein einzigartiges und personalisiertes Konzept als Kombination aus entspannender Wellness und aktivem Strandurlaub. FIT Reisen bietet eine Woche Karibik pur All Inclusive bereits ab 1.204 Euro an.

**Bilder:** FIT Reisen, The Leela Kovalam\*\*\*\*\*, Vana Malsi Estate\*\*\*\*\*, The BodyHoliday LeSport\*\*\*\*\*

**Bilder und Grafiken** zum neuen Katalog, den neuen Hotels und diversen Themen sowie Firmenlogo und Fotos der Geschäftsführung finden Sie auf dem FIT Reisen Media-Server (FTP): [www.fitreisen-media.de](http://www.fitreisen-media.de) // User: u50261336-presse // Passwort: fitreisen

**Bitte beachten Sie:** Das Ihnen überlassene Bildmaterial darf nur in Verbindung mit Reisen von FIT Gesellschaft für gesundes Reisen mbH sowie unter Angabe des abgebildeten Hotels genutzt werden. Eine Verwendung darüber hinaus bedarf der vorherigen, schriftlichen Genehmigung und ist kostenpflichtig. Die Weitergabe des Bildmaterials an Dritte ist untersagt.

**Kontakt:** Contact & Creation GmbH, Pressestelle FIT Reisen, Christel Wagner, Paul-Ehrlich-Str. 27, 60596 Frankfurt, Tel.: 069 – 96 36 68 – 24, Fax: 069 – 96 36 68 – 22, E-Mail: [fitreisen@cc-pr.com](mailto:fitreisen@cc-pr.com)