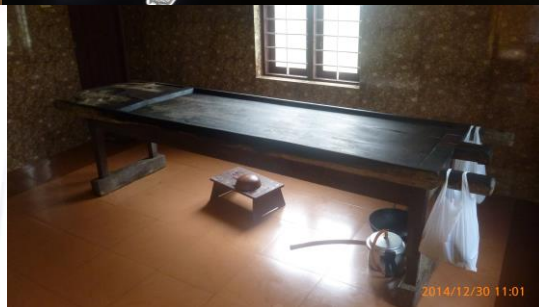


Upplev Internationella Yogadagen på ursprungsplatsen 21/6! Res med oss till Indien för din hälsa och ditt välbefinnande! Yoga och Ayurveda – grön hälsa – i Kerala, på Rajah Healthy Acres, 2 veckors hälsoresa juni 2019 – 15/6-30/6



Kostnad:

Rajah tar betalt i US-dollar, och beroende på kursen vid betalningstillfället, samt givetvis hur du väljer att bo, kan kostnaden variera något.

14 dagars vistelse på Rajah Healthy Acres, kostnad angiven **per person**.

Thulasi upstairs, 1 trappa upp med delad balkong: **13 500kr – 15 900kr**

Thulasi downstairs, i markplan med egen veranda: **17 900kr – 21 000kr**



Thulasi downstairs



Thulasi upstairs



sovrum

Den lägre kostnaden om du delar boende. Boendet innebär två rum med eget badrum med dusch. Om du vill dela boende men känner ett behov av att vara mer privat när du sover kan vi be om att man ordnar en säng i varje rum.

Priset inkluderar även vår assistans med reseplanering, samarbetet med Rajah Healthy Acres, både före resan och på plats varje dag under vistelsen.

Följande ingår:

- Inledande konsultation med ayurvedisk läkare
- Dagliga besök av läkare
- 2-3 behandlingar per dag (kan även innehålla akupunktur/akupressur vid behov) anvisade av läkare, se enkel information om Ayurveda/massage-behandlingar etc på <http://www.nkyc.se/>
- Samtliga måltider, färskpressade juicer, örttéer, mellanmål anvisade av läkare
- Ayurvedisk terapeutisk yoga 2 ggr/dag
- Ayurvedisk örtmedicin flertal ggr/dag
- Transport tur och retur Cochin International Airport (COK)
- Kulturella program på plats, dans/musik
- Utflykt till Rajah Beach & Rajah Island med båt
- Ett tillfälle med demonstration av ayurvedisk matlagning med buffé
- Ett tillfälle med grundläggande information om Ayurveda

Följande tillkommer med låg kostnad vid önskemål/behov:

- Telefon
- Internet
- Tvätt
- Andra utflykter (vi hjälper till och anordnar!)
- Eventuella överenskomna labbtester anvisade av läkare vid behov
- Örtmediciner att ta med hem för fortsatt hälsoprocess

Om du har frågor kring resa och vistelse i Indien på Rajah Healthy Acres så hör gärna av dig till oss via mail info@nkyc.se

Jan Lunde / Kathleen Ginyard
+46 (0)704 104922 / +46 (0)709 589645



Norrköpings och Ängsbacken Övre KundaliniYogaCenter
TENTH GATE SWEDEN AB
www.nkyc.se - info@nkyc.se

bankgiro 185-9354 - swish 123-2139350