Body, Mind & Soul

# Shreyas Yoga Retreat

Yoga und Ayurveda in einem der feinsten Yoga Retreats Indiens

| Jan | Feb | Mär | Apr | Mai | Jun | Jul | Aug | Sep | Okt | Nov | Dez |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|

Copyright 2024 **Dreams of India**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 19.05.2024 02:48:37

## Reiseübersicht

Wenn Sie sich ShreyasRetreat vorstellen möchten, denken Sie an einen abgeschiedenen Rückzugsort im Grünen, an dem sich Schlichtheit und Luxus, Zeitlosigkeit und Moderne sowie Genuss und Achtsamkeit auf ganz natürliche Weise vereinen.

In einer über 10 Hektar grossen, liebevoll gepflegten Gartenanlage mit Pool befinden sich lediglich 12 Cottages, die in naturnahen Erdtönen und einem minimalistischen Design gehalten sind und dabei dem Anspruch auf höchste Qualität bis ins kleinste Detail gerecht werden.

An diesem Ort wird es Ihnen leicht fallen, loszulassen und auf eine spannende, individuelle Reise zu gehen, denn Shreyas lädt Sie ein, in die traditionellen Weisheiten des Yoga und Ayurveda einzutauchen und der Frage, nachzugehen was „Luxus“ für Körper, Geist und Seele in der heutigen Zeit eigentlich bedeutet.

Vor den Toren von Bangalore gelegen, ist das Relais & Châteaux Haus eines der feinsten Yoga Retreats in Indien. Ein qualifiziertes Team aus Ärzten, Therapeuten, Yogalehrern und Köchen wird Sie auf Ihrer Reise zu sich selbst begleiten. Hier finden Sie Raum und Musse für Reflexion, Meditation und Yoga Praktiken für einen vitalen Körper und Ihr inneres Gleichgewicht.

### Höhepunkte

- Mitglied bei Relais & Chateaux
- Sehr ruhige Lage
- Kleines Resort mit nur 12 Zimmer

### Reiseprogramm - 3 Tage

Copyright 2024 **Dreams of India**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 19.05.2024 02:48:37

## Detailprogramm

Shreyas bietet authentisches Hatha und AshtangaYoga für jeden Gast unabhängig von Vorkenntnissen, vom Alter und der physischen Konstitution. Die Therapien im neu erbauten AnahaSpa basieren auf den traditionellen Prinzipien des Ayurveda. Das Angebot umfasst Massagen, Body Scrubs und kosmetische Behandlungen mit Produkten aus dem eigenen Bio-Garten. Kulinarisch werden Sie entsprechend der Ayurveda-und Yoga-Philosophie mit vegetarischer Gourmetküche verwöhnt. Demnach finden Sie im gesamten Resort ebenfalls keinen Alkohol.

Copyright 2024 **Dreams of India**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 19.05.2024 02:48:37

## Termine & Preise

### 3 Tage Privatreise

- Datum frei wählbar Auf Anfrage

### Beste Reisezeit

Die beste Reisezeit ist von Oktober bis April. Im Mai ist es sehr heiss und ab Juni setzt der Monsun ein. Das Klima ist feuchter und tropischer als im Norden. Je nach Höhe und Küstenabschnitt schwanken die Temperaturen und die Feuchtigkeit. Im Sommer regnet es häufig und ist feuchtheiss.

Referenz-Weblink:
https://www.indien.ch/de/reise/shreyas-yoga-retreat

Copyright 2024 **Dreams of India**, by TCTT GmbH, Seefeldstr. 128, CH-8008 Zürich | PDF generiert am 19.05.2024 02:48:37