



Viaggio in India Kerala

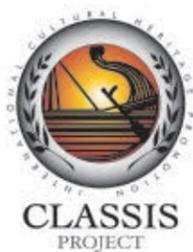




*... lascia che sia il cuore a scegliere la meta,
la ragione a cercare la via.*

Attraverso le pagine di questo catalogo e con la competenza di tutti i collaboratori, il progetto Classis vi condurrà in quello che desideriamo chiamare "la rinascita del corpo e della mente"

Un viaggio che vi farà tornare giovani, forti, fermi in un equilibrio psicofisico che forse proverete per la prima volta nella vostra vita.



classis-project.com



Viaggio in India

Kerala

God's Own Country

Indice

Ayurveda

Scienza per ringiovanire

Resort

Un ambiente scelto

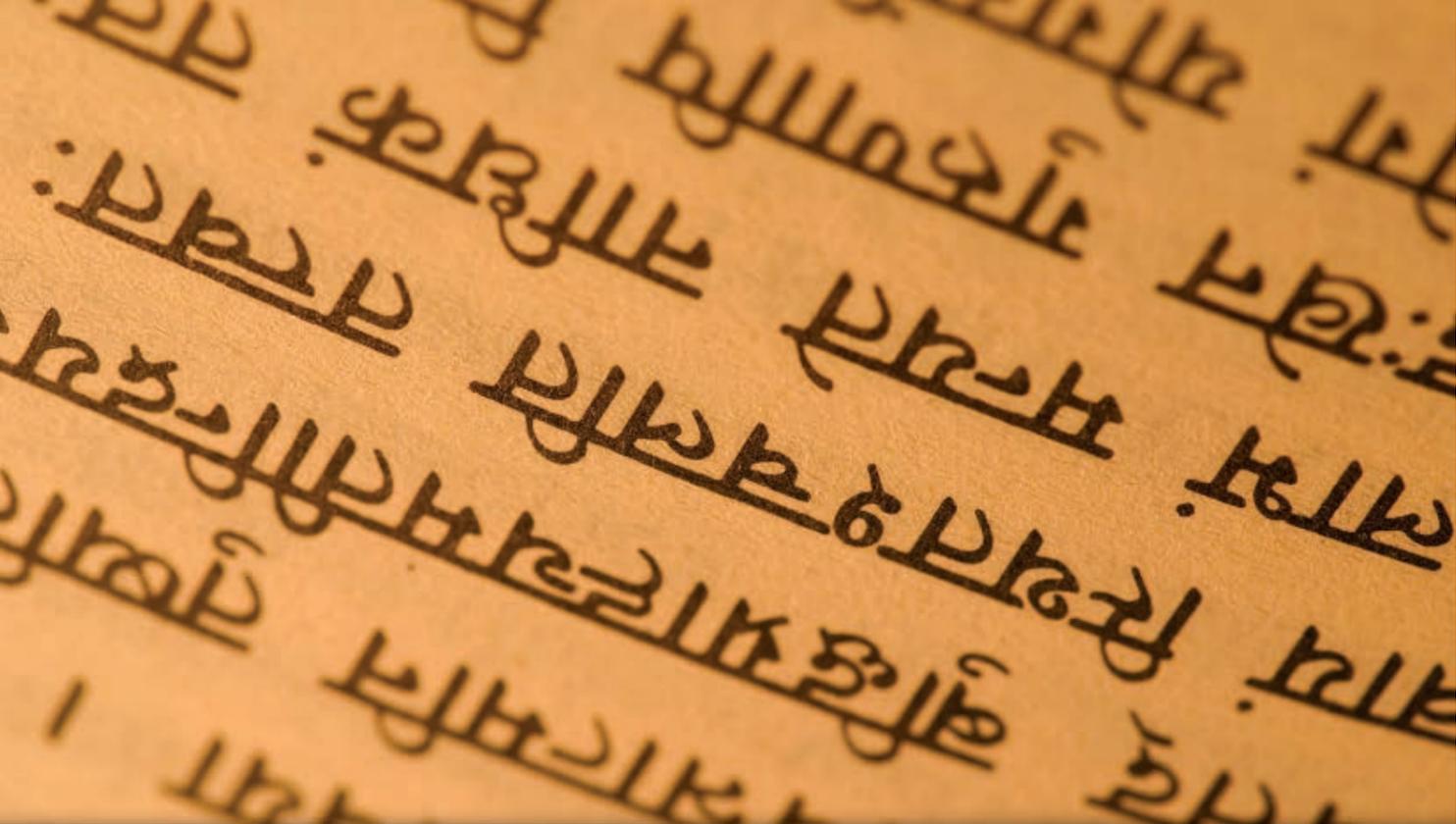
Monsoon Ayurveda

Quote comprensive di tutto

Contatto

Informazioni

Realizzazione grafica
Design Development
Divisione grafica IterConficere



*... modificando quello che pensiamo e le emozioni che proviamo
possiamo modificare quello che siamo*



Ayurveda

Scienza per ringiovanire

Sarebbe un vero atto di presunzione cercare di spiegarvi in queste poche pagine tutto ciò che è contenuto nei sacri libri dei Veda sulla “**Scienza della vita**”.

E' importante sapere che si tratta di una conoscenza sviluppata nell'arco di oltre 5000 anni.

Nasce in India e comincia a tramandarsi attraverso le sacre scritture in un'epoca che risale al 2000 a. C.

Oggi consideriamo l'**Ayurveda** come **il vero sapere della longevità**.

La medicina ayurvedica è diffusa maggiormente nella regione del Kerala nel sud-ovest indiano.

La ricchezza di piante medicinali presenti nelle foreste, l'abbondanza delle risorse naturali immerse nella vegetazione lussureggiante fanno di questa striscia di terra, grande circa come l'Italia un luogo chiamato “Paese di Dio”





*... il perfetto funzionamento del sistema energetico
dona vitalità a tutti gli organi del corpo*

Il concetto dal quale parte già nell'antichità il **pensiero del popolo Veda**, e al quale siamo giunti anche oggi in occidente attraverso studi recenti, è che **"il vuoto non esiste"**, tutto l'universo in espansione è collegato.

Oggi, come allora, lo studio della fisica ci porta ad immaginare una realtà dove la rete quantica vive e risente delle nostre emozioni.

Quando siamo tristi, quando siamo allegri, influenziamo la materia (soprattutto l'acqua, il sangue), gli organi vitali.

Molti studiosi sostengono che in verità riusciamo ad influenzare il pianeta intero, con tutte le sue manifestazioni geologiche e atmosferiche.

Siamo in grado quindi di modificare il nostro sistema cellulare. Attraverso l'emotività avvertiamo e comunichiamo con il campo elettromagnetico con carica negativa e con carica positiva.

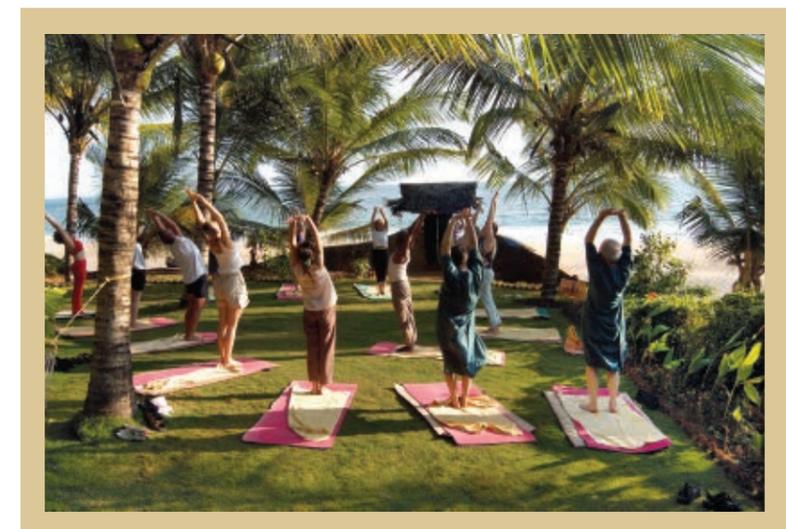
La nostra mente è la prima a rivelare gli squilibri del corpo

Scopo dell'**Ayurveda** è spiegarci come determinare, modellare, estendere e in definitiva controllare la nostra vita senza l'interferenza della malattia o della vecchiaia.

Il principio fondamentale dell'**Ayurveda** è che la mente influenza decisamente il corpo. La libertà dalla malattia dipende dalla nostra autoconsapevolezza equilibrata, che dalla mente si estende al corpo.

La bellezza dell'**Ayurveda** è ritrovare la salute con il ritorno al meglio di sé, ricostruendo il proprio equilibrio.

I trattamenti ayurvedici offerti nel programma del viaggio permettono di potenziare tutte quelle risorse disponibili in ogni essere e aiutano a partecipare al gioco della vita con **forza, ottimismo e sentimento gioioso**.



La pratica dello **Yoga** è considerata fondamentale. Insegnanti esperti tengono spesso lezioni durante la permanenza nei resort.

Anche chi non ha mai praticato questa importante disciplina scoprirà il potere benefico degli esercizi e potrà cominciare un percorso di riabilitazione fisica completa

Anche la più lunga camminata comincia con un passo



*la scelta di vivere un'atmosfera magica
sull'Oceano indiano*



La medicina ayurvedica ha due rami principali:
terapia di purificazione e ringiovanimento e terapia di guarigione.

Nei centri che abbiamo selezionato,
l'equipe di medici specializzati sapranno individuare il trattamento a voi più congeniale

Secondo l'Ayurveda **ogni creatura** è l'insieme di **5 elementi**:
terra, acqua, fuoco, aria e etere, combinati in **tre principi vitali**.

Il **"Vatha"**

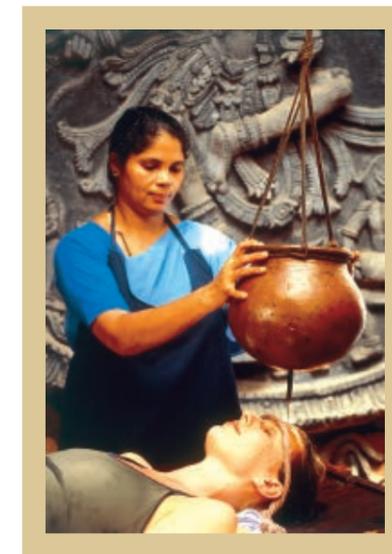
controlla movimento e respirazione,
funzioni sensoriali e motorie, ansia e paure;

il **"Pitha"**

facilita metabolismo e funzionamento ormonale,
regola la temperatura del corpo,
controlla fame e sete, ira e gelosia:

il **"Kapha"**

dà stabilità ed energia al corpo, ne controlla lo sviluppo,
la sessualità, la conoscenza,
la voglia di arricchire, gli affetti.



Il più famoso dei trattamenti ayurvedici.
Un filo di olio medicato tiepido, specifico per il sistema nervoso (**Dhara Tailam**),
fatto colare delicatamente al centro della fronte.

Agisce fino all'ipofisi, porta fuori le vecchie memorie negative
favorendo lo scioglimento delle rigidità e delle tensioni mentali.

Ottimo come cura per l'insonnia. Fa brillare i sensi.

Massaggio totale del corpo per equilibrare i disturbi del sistema nervoso,
disturbi in relazione allo stress, **aiuta a sciogliere le tensioni muscolari**
favorendo un rilassamento profondo.

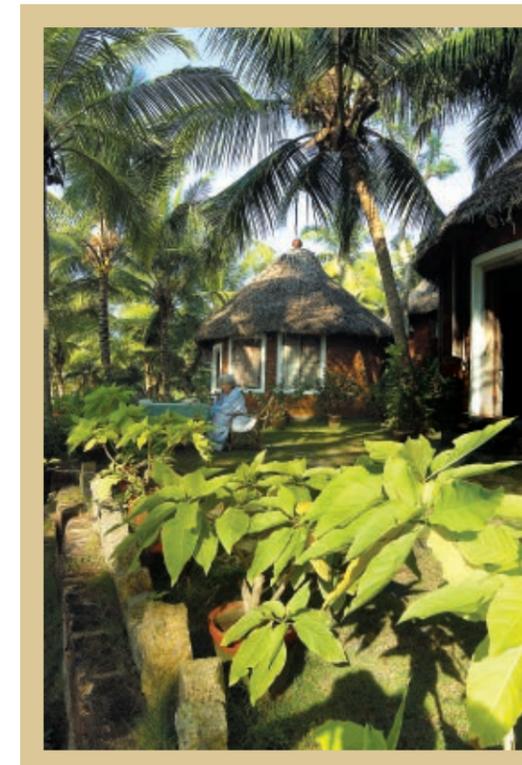


*un'accurata visita medica all'arrivo
per prepararsi ad una nuova fioritura*



Resort

un ambiente scelto



I resort che abbiamo scelto sono dotati degli stessi confort e servizi con accesso diretto alla spiaggia; offrono camere bungalows, piscina con vista mare e si trovano immersi in bellissimi giardini dove ogni singola pianta ha particolari caratteristiche curative.



L'equipe si compone di 16 medici ayurvedici e di 65 terapisti. I pasti vegetariani e la dieta, strettamente correlata al tipo di trattamento scelto, è comunque possibile consumare anche pasti non ayurvedici, e a base di pesce fresco.



Il **Somatheeram** e il **Manaltheeram**
si trovano sulla stessa collina, sono adiacenti
e fanno parte dello stesso gruppo.

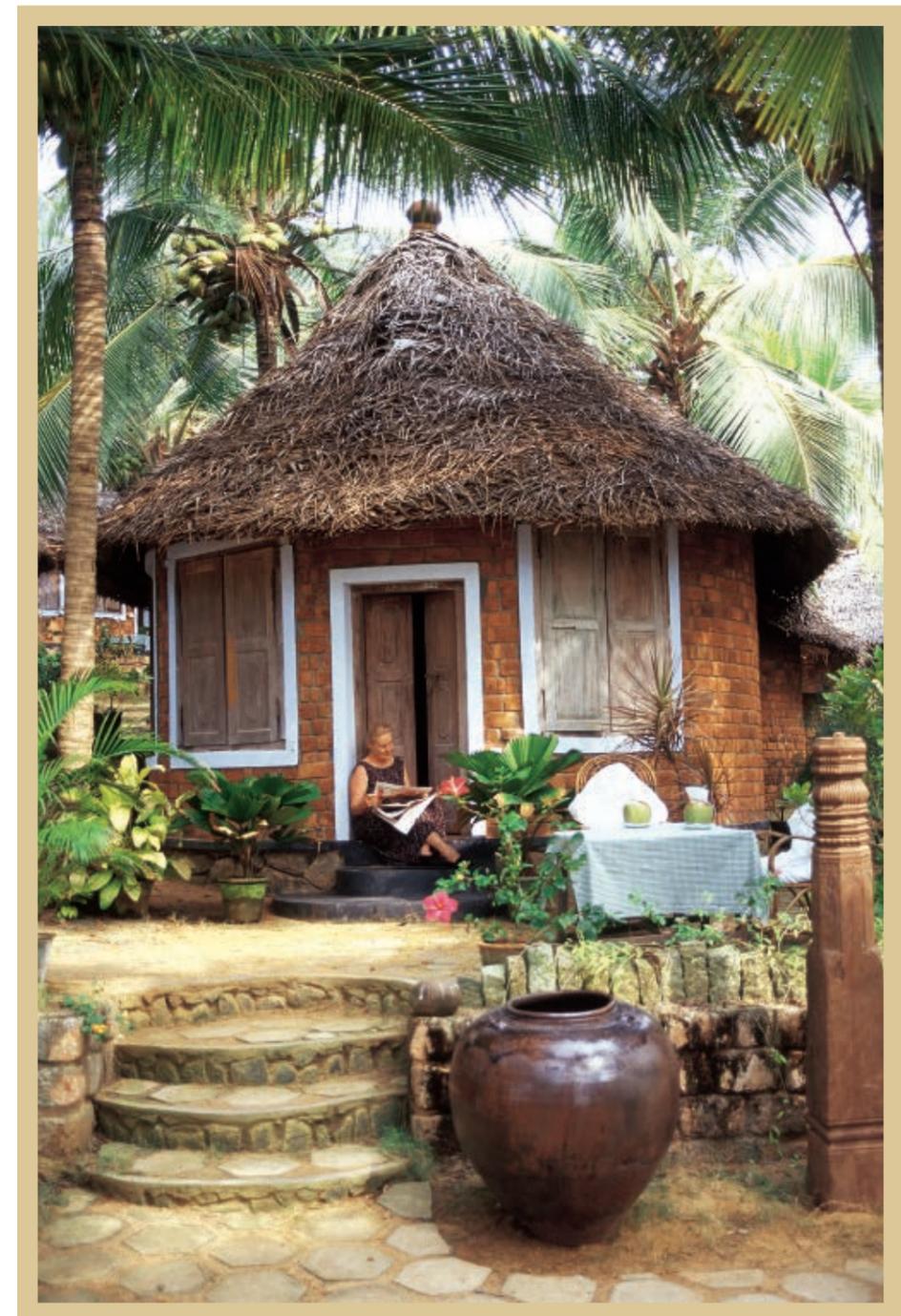
Sono luoghi scelti per favorire la pace ma anche l'incontro e la condivisione.

All'interno, una clinica **Ayurveda** dove si è visitati ogni giorno della permanenza.

L'area comune del ristorante **Manaltheeram** è un ottimo punto panoramico di ritrovo dove cenare accompagnati la sera da **performance musicali** e di **danza indiana**.

diverse sistemazioni nei resort

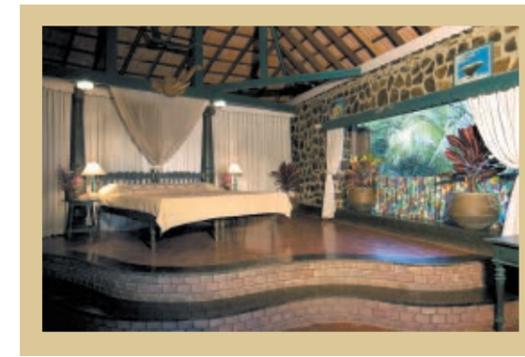
cottages normali, "Kerala" cottages, "deluxe units", "deluxe suite"





il periodo delle piogge

E' stato scelto un periodo specifico per questo viaggio, proprio perchè è la stagione dei monsoni il momento migliore per i programmi di ringiovanimento. L'atmosfera priva di polvere e il clima umido permettono ai pori della pelle di aprirsi al massimo, rendendo più ricettivi agli oli a base di erbe e le diverse terapie ayurvediche.



L'architettura **Somatheeram**, come anche delle altre strutture scelte segue i disegni tradizionali del **Kerala**.

Il **Somatheeram Ayurvedic Health Resort** ha vinto diverse volte il premio quale **miglior centro ayurvedico** del Kerala.



Houseboat per escursioni di uno o più giorni nelle backwaters

Monsoon Ayurveda

(Viaggio con programma speciale di ringiovanimento)

Quote comprensive di tutto

voli a-r / colazione / pranzi / cene / trattamenti ayurvedici

Quota iscrizione € 50 e comprende: Assicurazione - Kit viaggio - Un regalo (prodotti ayurvedici)

2011 - Maggio / Giugno / (fino al 23) Luglio

Programma Ayurveda di 7 giorni

- Giorno 1** - Arrivo al resort e la visita medica. +1 trattamento
- Giorno 2** - 2 trattamenti + controllo medico
- Giorno 3** - 2 trattamenti + controllo medico Nel pomeriggio lezione – ayurveda e salute.
- Giorno 4** - 2 trattamenti + controllo medico, nel pomeriggio visita trivandrum.
- Giorno 5** - 2 trattamenti + controllo , pomeriggio incontro con astrologo.
- Giorno 6** - 2 trattamenti la mattina + controllo + visita nel tempio antico di 2000 anni.
- Giorno 7** - 2 trattamenti , controllo + shopping trivandrum.

quota individuale a partire da € 1.500,00

Programma Ayurveda di 9 giorni

- Giorno 8** - 2 trattamenti ,controllo . pomeriggio lezione di alimentazione Ayurvedica.
- Giorno 9** - 2 trattamenti, controllo. Pomeriggio lezione di cucina ayurvedica

quota individuale a partire da € 1.850,00

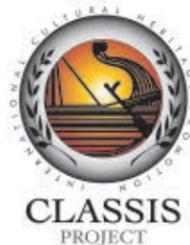
Programma Ayurveda di 14 giorni

- Giorno 10** - 2 trattamenti , controllo. Pomeriggio lezione di meditazione.
- Giorno 11** - 2 trattamenti , controllo. Visita libera.
- Giorno 12** - 2 trattamenti , controllo, pomeriggio cerimonia Induista
- Giorno 13** - 2 trattamenti , controllo, pomeriggio, Elefant trading (incontro con gli elefanti)
- Giorno 14** - Visita finale, trattamento, pomeriggio libero.

quota individuale a partire da € 2.200,00

Supplemento camera singola € 20 al giorno

Servizi extra (escursioni-noleggio auto con conducente-weekend in houseboat) su richiesta



classis-project.com

Extras

Rain forest



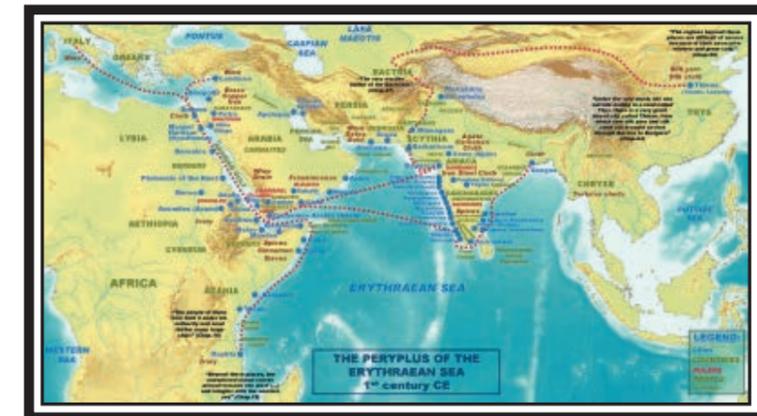
House boat



Car rental

Tour to Muziris Archaeological site

The ancient roman port of Muziris



classis-project.com