

# ERLEBEN SIE DIE HEILENDE KRAFT DER AKUPUNKTUR

Neben Ayurveda bieten wir auch Akupunkturbehandlungen durch erfahrene Ärzte an. Bei der Akupunktur werden bestimmte Punkte am Körper mit speziellen Nadeln stimuliert. Dabei wird das zentrale Nervensystem stimuliert, wodurch chemische Stoffe freigesetzt werden, die die natürlichen Heilkräfte, den Energiehaushalt und das emotionale Wohlbefinden fördern. Akupunktur ist wirksam bei der Linderung von Schmerzen durch Arthritis, Gelenkschmerzen, Muskelschmerzen, Sportverletzungen, Nacken- und Rückenschmerzen, Migräne und Nebenwirkungen von Krebs. Sie kann auch bei der Behandlung von Schlaflosigkeit, psychischem Stress, Zelldegeneration, Vergesslichkeit und Manie hilfreich sein.



## EIN DENKWÜRDIGER AUFENTHALT

Wir bieten eine Reihe von Unterkünften, die den Bedürfnissen jedes Gastes gerecht werden. Für diejenigen, die den ultimativen Luxus suchen, gibt es atemberaubende Villen direkt am Wasser, sowie Classic-, Comfort- und Supreme-Zimmer.

Die Classic Zimmer bieten gemütlichen Komfort, während die Comfort Zimmer mehr Platz und Annehmlichkeiten bieten. Die Supreme-Zimmer sind die luxuriösesten Zimmer und bieten eine erstklassige Ausstattung. Wie auch immer Sie sich entscheiden, Ihr Aufenthalt in diesem außergewöhnlichen Hotel wird unvergesslich sein.

## SRI LANKA, EIN TROPISCHES PARADIES

Sri Lanka ist eine tropische Oase voller Wunder. Es ist die Heimat eines lebendigen Kulturerbes. Historische Städte und Tempel geben Einblick in ein 2500 Jahre altes Erbe. Die abwechslungsreiche Landschaft - von grünen Hügeln bis zu sandigen Küsten - und die exotische Tierwelt machen Sri Lanka zu einem einzigartigen und bezaubernden Reiseziel.

T : +94 342 215 400

E : [info@celestiaresort.com](mailto:info@celestiaresort.com)

W : [celestiaresort.com](http://celestiaresort.com)



243, Elpitiya Road,  
Arachchimulla, Bentota,  
Sri Lanka.



## EINE REINE AYURVEDISCHE ERFAHRUNG IN SRI LANKA



*Celestia*

AYURVEDA RESORT





# GEIST KÖRPER UND SEELE

Inmitten des üppigen Grüns von Bentota, Sri Lanka, bietet das Celestia Ayurveda Resort ein authentisches Ayurveda-Erlebnis zur Verjüngung von Körper, Geist und Seele.

Das Resort ist bewusst so gebaut, dass es eine ablenkungsfreie Umgebung ohne Kinder und Fernseher bietet, so dass Sie sich voll und ganz auf Ihre Wellness-Reise einlassen können.



## DIE ULTIMATIVE AYURVEDISCHE ERFAHRUNG

### Was ist Ayurveda?

Ayurveda ist eine uralte ganzheitliche Praxis, die das Gleichgewicht zwischen Körper, Geist, Seele und Umwelt betont. Sie beruht auf einer Änderung der Lebensweise und natürlichen Heilmitteln, einschließlich innerer Reinigung, Ernährung, Nahrungsergänzung, Massage, Yoga und Meditation. Ziel ist es, Giftstoffe auszuscheiden, Symptome zu lindern, Stress abzubauen und das Wohlbefinden zu steigern.

### Was uns auszeichnet

Wenn Sie Celestia besuchen, können Sie eine wirklich authentische Ayurveda-Erfahrung erwarten, nicht nur eine ergänzende Behandlung. Unser Team aus qualifizierten Ayurveda-Praktikern und hauseigenen Ärzten, die individuelle Behandlungen, Diäten und Beratungen anbieten, sorgt für die bestmögliche Betreuung.



PAKETE

### WOHLBEFINDEN

Dieses Programm wurde entwickelt, um das allgemeine Wohlbefinden einer Person mit mäßiger Gesundheit zu verbessern, indem es zur Ernährung des Körpers, zur Revitalisierung des Nervensystems, zur Überwindung von Müdigkeit, zur Förderung eines gesunden Schlafs und zur Steigerung der Arbeitseffizienz beiträgt.

### ALANKARA

Ayurvedische Schönheitspflege befasst sich mit dem allgemeinen Wohlbefinden des Körpers, einschließlich Hautpflege, Haarwachstum, Sehkraft, Hand- und Nagelpflege. Das Beste an diesem ganzheitlichen Programm ist, dass es alle toxischen Abfallstoffe aus dem Körper entfernt und den Reinigungsprozess fördert, der sich auf die innere Schönheit mit Glück und Entspannung konzentriert, was Kosmetika nicht erreichen können.

### PANCHAKARMA

Panchakarma reinigt das Gewebe intensiv. Im Ayurveda wird Panchakarma als saisonale Behandlung empfohlen, um die geistige und körperliche Hygiene und Ausgeglichenheit zu erhalten. (Die empfohlene Mindestdauer für dieses Paket beträgt 14 Tage)

### HOHE HEILUNG

Dieses Programm wurde speziell für Menschen mit chronischen Krankheiten wie Arthritis, Asthma, Schuppenflechte und Burnout-Syndrom sowie für Menschen entwickelt, die nach langer Krankheit ihre Abwehrkräfte stärken und ihre Lebensenergie zurückgewinnen möchten.



## EINE REINE AYURVEDISCHE ERNÄHRUNG

Unsere Ayurveda-Ärzte stellen für jeden Gast einen persönlichen Speiseplan zusammen, der auf seinem individuellen "Dosha" basiert. Zur Auswahl stehen 250 köstliche ayurvedische Gerichte. Sie werden mit verschiedenen Früchten, frisch gepressten Säften und exotischen Gewürzen zubereitet..

Die besten lokalen Zutaten und traditionellen Techniken werden mit globalen Einflüssen kombiniert, um ein gesundes, köstliches und optisch ansprechendes Festmahl zuzubereiten. Jedes Gericht wird unter Berücksichtigung der ayurvedischen Prinzipien der "Doshas" zubereitet, und es werden keine künstlichen Aromen, Zusatzstoffe oder tierischen Fette hinzugefügt.

