



INDE

Kerala - Mannanchery

AMAL TAMARA ★★★★★

#NOTRE AVIS DE SPÉCIALISTE

- Notre classification **★★★★★**
- Un établissement haut de gamme, mais à l'ambiance décontractée et cocooning
- Prise en charge personnalisée et de qualité
- Un lieu intimiste avec uniquement 19 chambres au cœur des Backwaters
- Repas végétariens, personnalisés en fonction des recommandations du médecin

FORFAIT SEMAINE DÈS **CHF 2'520.-***



#AYURVEDA #YOGA #DÉTOX

CENTRE D'AYURVEDA AMAL TAMARA

Ce centre ayurvédique, doté de 5 cabines, offre un cadre intimiste propice à la détente et à la reconnexion avec soi-même. Une équipe composée de 6 médecins et 14 thérapeutes hautement qualifiés y dispense des soins spécialisés et vous guide pour intégrer des changements significatifs dans votre style de vie, permettant de prolonger les bienfaits du bien-être chez vous. Les médecins du centre restent accessibles même après votre séjour à Amal Tamara, vous offrant un accompagnement durable.

Chaque thérapie est personnalisée, qu'il s'agisse de traitements anti-âge, anti-stress, de renforcement immunitaire, de gestion du poids ou du Panchakarma traditionnel. En fonction de la durée de la cure et du bilan médical initial, un programme sur mesure est élaboré pour répondre à vos besoins, préoccupations et objectifs. Des cours quotidiens de yoga et de méditation, ainsi que des menus ayurvédiques végétariens personnalisés, complètent cette expérience unique pour un bien-être holistique.



Au cœur de la magnifique région de Alleppey et de ses Backwaters, ce nouvel établissement haut de gamme, mais intimiste et chaleureux, se dresse sur les rives du lac Vembanadu. Hébergement et cadre confortable, ambiance zen, soins médicaux experts, programmes ayurvédiques et régimes personnalisés, activités culturelles et bien-être,... tout y est réuni pour offrir à chaque client une expérience transformatrice.

L'HÉBERGEMENT 19 chambres et suites, élégantes et de grand confort, toutes avec un balcon privé s'ouvrant sur les Backwaters et équipées de ventilateurs, climatisation, WiFi gratuit, coffre-fort, plateau de courtoise avec thé/café, et très belle salle de bain avec douche à l'italienne et sèche-cheveux. Il n'y a pas de télévision dans les chambres.

LES SPORTS ET LOISIRS Jolie piscine extérieure, navette gratuite pour la plage (située à env. 20 min), salle de méditation, bibliothèque. Programme complet d'activités culturelles et de bien-être en accès libre (cours de cuisine, spectacles de danse et d'arts martiaux, visite du jardin d'herbes aromatiques, visite du village, cours collectifs de yoga et de méditation, ...). Ces activités de bien-être font partie intégrante du mode de vie ayurvédique. Contre supplément: croisière sur les Backwaters, visite du temple Dhanwanthari.

INFORMATIONS: Accès Vol de Genève ou Zurich sur Cochin, puis env. 2h20 de transfert (80 km). **A savoir** Les enfants de moins de 12 ans ne sont pas acceptés dans cet établissement - La consommation d'alcool et de tabac ne sont pas autorisés durant la cure

ayurvédique - Etablissement engagé dans le développement durable; utilisation de produits biologiques dans la mesure du possible et loisirs proposés concentrés sur le tourisme durable et responsable.

