

ET SI LE CHEMIN DU YOGA, DE LA YOGA-THERAPIE, DE LA MEDITATION, DE L'AYURVEDA VOUS MENAIT AU KERALA EN JUILLET 2019



Origine de Soi vous propose

**14 jours de Yoga – Méditation – Ayurvéd
Yoga-Thérapie -Cure ayurvédique
Du 15 juillet 2019 au 30 juillet 2019**

A SOMATHEERAM Research Institute & Ayurvéd Hospital

SOMATHEERAM est un centre situé en Inde du Sud à Chowara, au sud de Kovalam, à proximité de Trivandrum.

SOMATHEERAM Ayurveda Hospital a reçu l'accréditation NABH, la plus haute accréditation nationale du Gouvernement Indien pour les hôpitaux et Institutions de santé.

SOMATHEERAM est un centre certifié de toutes les certifications existantes à ce jour en ce qui concerne l'hygiène et la santé.

SOMATHEERAM est un centre de santé, de santé holistique, ce n'est pas qu'un centre de bien-être où Valérie, votre enseignante, vous dispensera des cours de Viniyoga et de méditation quotidienne pendant 1H30 pour accompagner les bienfaits de la cure.

L'ENSEIGNANTE : Valérie VINCENT a été formée à l'école ETY (Etude et Transmission du Yoga) par Claude Maréchal relié à l'enseignement de T. Krishnamacharya et de son fils T.K.V. Desikachar.

Toujours dans la même lignée, elle s'est formée à la yoga-thérapie à la Viniyoga Fondation pendant 3 ans, enseignements dispensés par Bernard Bouanchaud et par le Dr N. Chandrasekaran de Chennai, médecin et yoga-thérapeute de renom depuis plus de 20 ans en Inde.

Valérie Vincent enseigne le yoga autour de Reims et anime des ateliers.

Le programme :

15 Juillet 2019: Jour1: Arriver à Trivandrum

Accueil par un représentant de Satguru Travel à l'aéroport de Trivandrum et transfert au centre Ayurveda Somatheeram à Kovalam. Nuit au centre.

16 Juillet au 29 Juillet 2019

Jour 2 – Jour 14 : Centre Ayurvéd Somatheeram

14 jours de cure ayurvédique relative à la thérapie de rajeunissement-purification.

Cette thérapie de 2 heures par jour selon la consultation avec le médecin. Cette thérapie a pour but de rajeunir l'esprit, le corps et l'âme, de tonifier la peau et de renforcer tous les systèmes pour obtenir une santé et une longévité idéales.

Cette thérapie comprend des massages corporels à l'huile et à la crème médicamentée par deux masseurs utilisant les mains (voir les pieds), des médicaments de rajeunissement interne et un bain de vapeur médicamenteux.

La thérapie de purification corporelle consiste à purifier tout le corps pour atteindre le juste équilibre entre Vatha, Pitha et Kapha, sur la base du traitement de Panchkarma.

30 Juillet 2019

Jour 15 : Kovalam – Trivandrum – Départ

Après le dîner, le 29 au soir, transfert à l'aéroport de Trivandrum pour prendre le vol de retour. Fin de la prestation de Satguru Travel.

Centre Ayurveda

Ville	Nom du centre	Site web
Kovalam	Somatheeram	http://somatheeram.in/

Tarif base sur 21 personnes

Prix par personne base sur chambre single : **2570 €**

Prix par personne base sur chambre double : **2399 €**