

Kurhaus Schärding

Pancha Karma

Pancha Karma ist eine traditionelle indische Heilbehandlung, die darauf abzielt, Körper und Geist zu reinigen und wieder ins Gleichgewicht zu bringen. Diese Methode wird seit Jahrhunderten angewendet und hat sich als wirksame Methode zur Förderung der Gesundheit erwiesen. Sämtliche Behandlungen werden individuell auf Ihre Bedürfnisse und Konstitution abgestimmt und mit höchster Sorgfalt durchgeführt. So wird eine optimale Betreuung gewährleistet und ein nachhaltiger Effekt erzielt.

PANCHA KARMA kann helfen bei:

Metabolisches Syndrom | Hypertonie | Diabetes II
Adipositas | Verdauungsproblemen | Infekten
Gelenksbeschwerden | Allergien | Kopfschmerzen

ARRANGEMENT | Anreisetag: Sonntag

| Behandlungen bei Aufenthalt | 10 Nächte | 14 Nächte |
|---|-----------|------------|
| Telefonische Vorab-Beratung | 1 | 1 |
| Arztgespräch Therapieplanung | 1 | 1 |
| Beratung nach Ayurveda mit Dosha-Check | 1 | 1 |
| Begleitende ayurvedische Beratung | 2 | 3 |
| Coaching Ernährung | 1 | 1 |
| Ärztlich begleitete Ausleitung Reinigung | 2 | 3 |
| Abhyanga Ganzmassage <i>Ölmassage 50 Min.</i> | 3 | 4 |
| Kizhi Ganzmassage <i>Kräuterstempel 50 Min.</i> | 4 | 4 |
| Shirodhara <i>Stirnölquass 25 Min.</i> | 2 | 3 |
| Nasya <i>Nasenbehandlung 25 Min.</i> | 2 | 3 |
| Sarvanga Dhara <i>Königsquass 50 Min.</i> | - | 2 |
| Svedana <i>Indisches Dampfbad 10-15 Min., individuell</i> | 3 | 4 |
| Yoga <i>Gruppe 60 Min.</i> | 8 | 10 |
| Ayurvedisches Kochseminar | 1 | 1 |
| Ayurvedische Tees und Kräuter während des Aufenthaltes | | inkludiert |

Sollten Sie einzelne Leistungen oder Programmpunkte nicht in Anspruch nehmen, ergibt sich hieraus kein Rückerstattungsanspruch.

| GESAMTPREIS Arrangement + Aufenthalt | 10 Nächte | | 14 Nächte | |
|---|-----------|-------|-----------|-------|
| | EZ | DZ | EZ | DZ |
| PANORAMA ^{PLUS} | 4.013 | 4.013 | 5.722 | 5.722 |
| PANORAMA | 3.913 | 3.913 | 5.582 | 5.582 |
| KURHAUS ^{PLUS} | 3.863 | 3.863 | 5.512 | 5.512 |
| KURHAUS | 3.813 | 3.813 | 5.442 | 5.442 |
| KNEIPP ^{PLUS} | 3.713 | 3.173 | 5.302 | 5.302 |
| KNEIPP | 3.513 | | 5.022 | |

Über Preise für unsere Suiten und allfällige Zu- oder Abschläge informieren wir Sie gerne persönlich. Preise pro Person in EURO.

INKLUSIVLEISTUNGEN

Allgemein

- Gesicherter Parkplatz direkt beim Kurhaus
- Kostenfreie E-Ladestationen am Parkplatz
- Fahrrad- und eBike-Raum mit Lademöglichkeit
- Leihbadetasche mit Bademantel und -tüchern
- Direkte Lage am idyllischen Inn im Europareservat

Kurhaus^{med}Kulinarik

- Gesundes Frühstück von 06:30 – 09:30 Uhr
- 4-Gang-Wahlmenü aus vier BIO-Küchenlinien (basisch, vegetarisch, ayurvedisch, lokal) von 11:30 – 13:00 Uhr oder nach ärztlicher Empfehlung bzw. gebuchtem Arrangement
- Leichtes und bekömmliches Abendessen von 17:30 – 19:00 Uhr
- Wasserkocher mit Teesortiment im Zimmer plus mehrere Teebars

Bewegung & Achtsamkeit

- privater Park mit Barfußweg, Yoga-Bühne und exklusiven Ruheplätzen
- Ganzkörpertraining (Mo-Fr)
- Geführte Meditationen
- Bewegungstherapie im Freien
- private spa mit Hallenbad und Sauna
- Vortrag „Ayurveda – Kunst der indischen Naturheilkunde“
- Teilnahme an der Eucharistiefeier in der Kurhauskirche
- Stadtführung