

# VIAGGIO IN INDIA

Natura, longevità e benessere in Kerala

8 - 22 febbraio 2015



Un viaggio all'insegna del relax, dello yoga e della natura incontaminata delle foreste del Wayanad al Nord del Kerala abbinato ai trattamenti ayurvedici di ringiovanimento. Wayanad è una regione ricca di biodiversità, un paradiso verde ricoperto di rigogliose foreste e animali selvatici.

**QUI LA VOSTRA ANIMA ED IL VOSTRO CORPO SI POTRANNO RICONGIUNGERE ALLA NATURA!**

**PRESENTAZIONE DEL VIAGGIO: MERCOLEDÌ 10 DICEMBRE  
DALLE 20 ALLE 21:30**

PROGRAMMA (ancora in definizione, può subire variazioni)



**ARRIVO** a Khozicode, trasporto nel resort, benvenuto e sistemazione. Subito relax nel villaggio ayurvedico con passeggiata attraverso piantagione di banane, palme di cocco, varie piante medicinali e spezie.

## **TOUR WAYANAD PARCO NAZIONALE**

3 giorni immersi nella natura alla scoperta della regione più verde del Kerala. Durante il tour si alterneranno percorsi culturali e naturalistici autentici, in quanto uno dei valori profondi è il rispetto dei popoli tribali, della natura e della conservazione dei luoghi. L'obiettivo del tour è quello di far conoscere una cultura antica immersa nella natura selvaggia. Escursione anche a bordo degli elefanti. Il parco è parte di una remota riserva di foresta pluviale confinante con altri parchi nazionali del Karnataka e Tamil Nadu.



**LONGEVITÀ E BENESSERE** 2 giorni dedicati alla rigenerazione attraverso lo yoga, la meditazione e soprattutto le terapie ayurvediche per alleviare i nostri disturbi più comuni come mal di schiena, dolore cervicale, stress, mal di testa, cellulite, sordità, dolori articolari alle spalle, ginocchio e quant'altro. Naturalmente ci sarà lo spazio per la cosmesi ayurvedica con massaggi sul viso antirughe, tonificanti e rigeneranti con polpa di frutta, creme e impacchi ayurvedici alle erbe medicinali.

**CULTURA SPIRITUALE** Visita ai meravigliosi templi dravidici e janisti nelle foreste del Wayanad.

**TEMPIO DI THIRUNELLY** Pellegrinaggio ad uno dei più antichi templi del subcontinente indiano. Le intricate colonne e le sculture in pietra situate su uno sfondo di picchi elevati ricoperti di foschia, rappresentano una vista stupenda. Il tempio è dedicato al Signore Vishnu ed è situato ad un'altezza di 900 metri, circondato appunto da magnifiche montagne e bellissime foreste.

**AYURVEDA** Giornata dedicata alla longevità con l'ayurveda, fortificando il nostro piano fisico ed emozionale. Consulto con il medico ayurvedico.

**VISITA ALLA CITTÀ DI MYSORE** La capitale del Karnataka è l'orgogliosa sede di innumerevoli palazzi storici, il



più celebre dei quali è il palazzo del Maharaja che fu la residenza della dinastia Wodeyar.

**INEVITABILE SHOPPING** Mysore è famosa anche per i suoi magnifici tessuti in seta, per la produzione di legno di sandalo, di incenso (il più buono di tutta l'India), di oli essenziali e dipinti tradizionali.

**VILLAGGIO TIBETANO** Soggiorneremo una notte a Mysore per avere l'occasione di visitare Bylakuppe, un bellissimo villaggio caratterizzato dai suoni e dai colori tipici di una colonia tibetana, con i monaci che indossano le tuniche gialle e bordeaux e gli abitanti che vendono oggetti dell'artigianato tibetano in una atmosfera calda e accogliente. Faremo visita allo spettacolare monastero di Namdroling che vanta una magnifica statua del Buddha placcata in oro, alta 18 metri.



**EVENTI CULTURALI** Assisteremo a dimostrazioni e performance di danza indiana e Kalaripayat, l'antica arte marziana indiana.

Giornata libera per ayurveda, passeggiate nella foresta, consulti con l'astrologo, shopping per prodotti e cosmesi ayurveda, visita nei villaggi, ecc..

**RITORNO** Preparativi per il viaggio di ritorno in Italia con un pacchetto pieno di ricordi e bei momenti!



*Se qualcuno vi ha detto che il Kerala è un paradiso terrestre, non si sbaglia di molto.*