



Master Sebastian Elap mit Sirnguss



Ayurveda-Ärztinnen



Ayurveda-Hall



Ayurveda-Konsultation

## Ayurveda in Kerala, Indien

Unsere Pranamaya Ayurveda Chikilsalayam Klinik befindet sich in bester und gesundheitsfördernder Lage für ayurvedische Heilbehandlungen. Die besondere Temperatur die der Bambuswald um Pranamay bietet, hat eine enorme Menge an 'Prana'-Lebensenergie, die zur besseren Heilung führt. Die Temperatur ist hier weder zu heiß noch zu kalt. Wir betreuen Sie individuell und persönlich. Unsere Aufmerksamkeit gilt ganz Ihrem Wohlbefinden und Ihrer Heilung.

Wir bieten Ihnen spezielle Kuren zur:

- Therapeutische Behandlung
- Entspannung und Entgiftung

Gerne informieren wir Sie zu den angebotenen Kuren genauer. Sie erhalten die Informationen bei uns im Schloss Kirchberg.

Unsere Klinik befindet sich in:  
Pranamaya Ayurveda Chikilsalayam  
Thekkady PO, Kumily, Idukki,  
Kerala, India PIN: 685509  
Telefon +91 9447 383 568 | Telefon +91 94972 67384  
pranamayathekkady@gmail.com  
www.pranamaya.in



— AYURVEDA ZENTRUM —  
**SCHLOSS KIRCHBERG**  
MASSAGEN, KUREN & YOGA



— AYURVEDA ZENTRUM —  
**SCHLOSS KIRCHBERG**  
MASSAGEN, KUREN & YOGA

## Öffnungszeiten

Montag bis Sonntag von 7 bis 21 Uhr

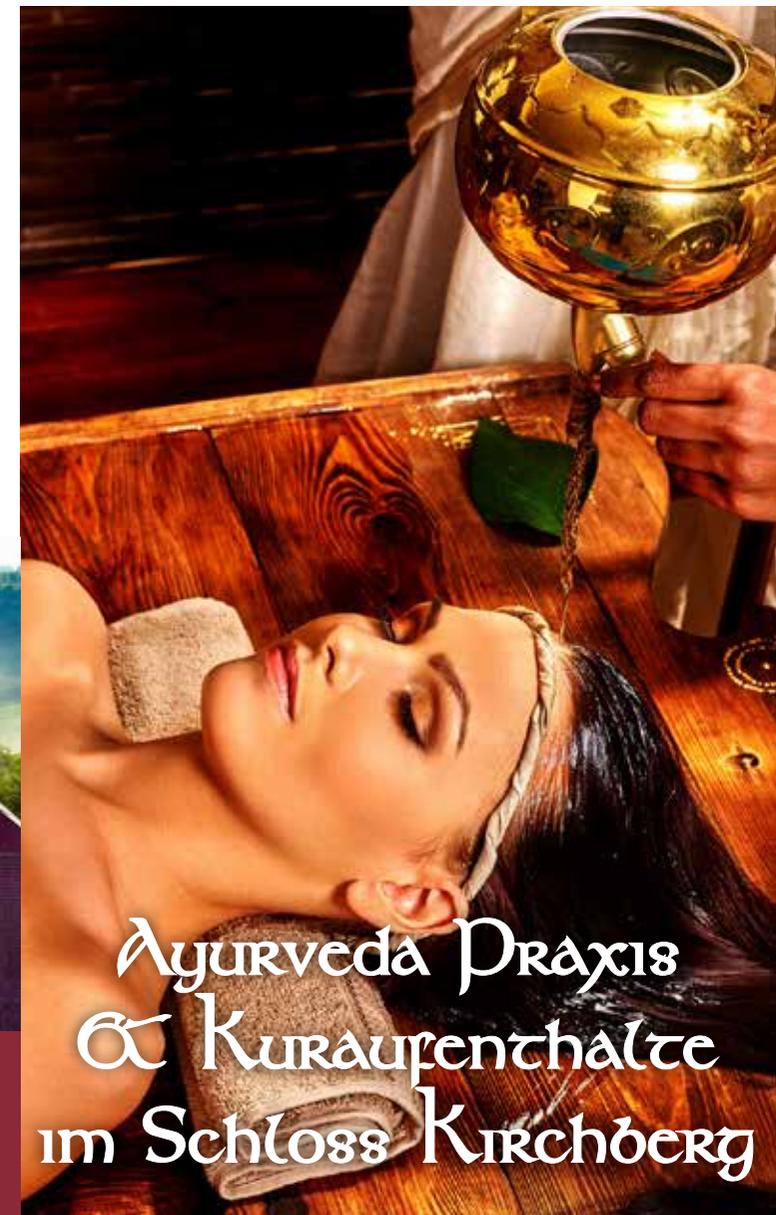
## Kontakt & Buchung

**Ayurveda Kurzentrum Schloss Kirchberg**  
Master Sebastian Elap und Team

Schlossstraße 16/1 | 74592 Kirchberg an der Jagst  
Telefon (07954) 9 86 90-01 | Mobil (0162) 6 35 87 89  
ayurveda-center@biohotel-schloss-kirchberg.de  
www.ayurveda-kurzentrum-schloss-kirchberg.de



Unser komplettes Angebot finden Sie auf  
[www.ayurveda-kurzentrum-schloss-kirchberg.de](http://www.ayurveda-kurzentrum-schloss-kirchberg.de)



Ayurveda Praxis  
& Kuraufenthalte  
im Schloss Kirchberg



Das Ayurveda-Team



Yoga-Saal



Ayurveda-Öl-Massage



Original indische Einrichtung



BioHotelzimmer Malabar

## Ayurveda-Massagen & Panchakarma-Kuren

Indische Kultur und Heilkunst werden im neuen Ayurveda-Kurzentrum im Schloss Kirchberg authentisch gelebt und angeboten. Ob Yoga, Ayurveda-Massagen oder Panchakarma-Kuren für die Reinigung von Körper, Geist und Seele: Unsere indischen Ayurveda-Ärzte und Therapeuten bieten das gesamte Spektrum indischer Heilkunst für Gäste und Patienten aus nah und fern an.

## Yoga & Meditation

Im wunderschönen Yoga-Saal des historischen Schlosses Kirchberg finden die Yoga-Übungen für unsere Kurgäste und Tagesgäste statt. Unsere indischen Yoga-Meister praktizieren nach echter und authentischer indischer Yoga-Lehre.

- 🌸 Täglich von 7 bis 8 Uhr und 18 bis 19 Uhr
- 🌸 10 € pro Person und Stunde
- 🌸 35 € pro Person für eine exklusive Einzelstunde

## Kulturprogramm

Durch die jahrelang gewachsene Zusammenarbeit mit der deutsch-indischen Gesellschaft aus der historischen Stadt Schwäbisch Hall können wir Ihnen ein Kulturprogramm mit Lesungen, Vorträgen, Filmabenden, klassisch-indischen Tänzen, orientalischen Tänzen und indischen Konzerten bieten.

## Kulinarik

Genießen Sie die authentische ayurvedische Küche mit ihren vielseitigen Aromen und Kräften. Bei mehrtägigem Kuraufenthalt stimmen die Ayurveda-Ärzte Ihre Mahlzeiten genau ab.

## Biohotel

Wunderschön authentisch eingerichtete Hotelzimmer mit echt indischen Möbeln erwarten Sie für eine Panchakarma-Kur im Schloss Kirchberg. Unsere indischen Ayurveda-Ärzte und Heilpraktiker begleiten Sie für bestmöglichen Kurerfolg.



## Ayurvedische Massagen

|  |       |
|--|-------|
| Abyhanga<br>Ganzkörper-Öl-Massage (60 Min.)                | 75 €  |
| Katya-Abhyanga<br>Rückenmassage (30 Min.)                  | 35 €  |
| Siro-Abhyanga<br>Kopf- und Gesichtsmassage (60 Min.)       | 35 €  |
| Udara-Abhyanga<br>Bauchmassage (30 Min.)                   | 35 €  |
| Katibasti<br>Öl-Konzentration auf dem Rücken (60 Min.)     | 80 €  |
| Greev-Abhyanga<br>Nacken- und Schultermassage (30 Min.)    | 35 €  |
| Pada Marma-Abhyanga<br>Fußreflexzonenmassage (30 Min.)     | 35 €  |
| Kansu<br>Fußmassage mit Kansu-Bowl (60 Min.)               | 55 €  |
| Udvarthanam<br>Pudermassage (30 Min.)                      | 80 €  |
| Lepana-Abhyanga<br>Körper-Schrubbmassage (60 Min.)         | 80 €  |
| Punnagadi Kizhi<br>Doppelte Kräuterbeutelmassage (60 Min.) | 85 €  |
| Marma-Massage<br>Vitalpunkte-Massage (75 Min.)             | 95 €  |
| Tridosha-Massage<br>(75 Min.)                              | 95 €  |
| Sirodhara & Abhyanga<br>Öl-Stirnguss-Therapie (90 Min.)    | 120 € |
| Sauna (In Kombination zu Massagen buchbar, 30 Min.)        | 5 €   |

## Ayurvedisches Kur-Angebot

|  |               |
|--|---------------|
| Ayurvedic Minicure (Halbtageskur)<br>- 1 x Punnagadi Kizhi (60 Minuten)<br>- 1 x Shirodhara (60 Minuten)   | 120 €         |
| Hrudjam-Sanathi (Halbtageskur)<br>- 1 x Siro-Abhyanga (30 Minuten)<br>- 1 x Fuß- und Handmassage<br>- 1 x Greev-Abhyanga (30 Minuten)<br>- 1 x Shirodhara (60 Minuten)   | 120 €         |
| Kur-Schnuppertag (Tageskur)<br>- 1 x Marma Massage (75 Minuten)<br>- 1 x Sauna (60 Minuten)<br>- 1 x Shirodhara (60 Minuten)<br>- 1 x Sauna (15 Minuten)<br>- Ayurved. Mittagessen, Ayurved. Getränke und Wasser   | 190 €         |
| Ayurveda Destress-Paket (2 Tage)<br>Für gestresste und müde Menschen: Ayurvedische Entspannungsmassagen gegen Arbeitsmüdigkeit, die Körper und Geist entspannen.<br>- 1 x Übernachtung im BioHotel Schloss Kirchberg<br>- Ayurvedische Vollverpflegung: 1 x Frühstück, 2 x Mittagessen, 1 x Abendessen, Ayurvedische Getränke und Wasser<br>- 2 x Consultation<br>- 2 x individuelle Vormittagsbehandlung (je 60 Min.)<br>- 1 x individuelle Nachmittagsbehandlung (je 30 Min.)<br>- 1 x Yoga-Kurs um 18 Uhr (60 Min.)<br>- Sauna, Entspannungsraum & Sonnenterrasse (täglich) | 230 € pro Tag |
| Kayakalpa-Rejuvenation (6 Tage)<br>Klassische ayurvedische Kur zur Entschlackung und Stoffwechsellanregung.<br>- 5 x Übernachtung im BioHotel Schloss Kirchberg<br>- Ayurvedische Vollverpflegung: 5 x Frühstück,  | 260 € pro Tag |

- 6 x Mittagessen, 5 x Abendessen, Ayurvedische Getränke und Wasser
- 6 x Consultation
- 6 x individuelle Vormittagsbehandlung (je 60 Min.)
- 5 x individuelle Nachmittagsbehandlung (je 30 Min.)
- 5 x Yoga-Kurs um 18 Uhr (je 60 Min.)
- Sauna, Entspannungsraum & Sonnenterrasse (täglich)

**Panchakarma (14 Tage) 280 € pro Tag**  
Die Panchakarma-Kur besteht aus fünf Methoden der Entgiftung und Verjüngung für Körper, Geist und Seele. Die Kur fördert den allgemeinen Gesundheitszustand und regt den Körper somit zur Selbstheilung an.

- 13 x Übernachtung im BioHotel Schloss Kirchberg
- Ayurvedische Vollverpflegung: 13 x Frühstück, 14 x Mittagessen, 13 x Abendessen, Ayurved. Getränke und Wasser
- 14 x Consultation
- 14 x individuelle Vormittagsbehandlung (je 60 Min.)
- 13 x individuelle Nachmittagsbehandlung (je 30 Min.)
- 13 x Yoga-Kurs um 18 Uhr (je 60 Min.)
- Sauna, Entspannungsraum & Sonnenterrasse (täglich)

**Brahmakalpa Rasayana (21 Tage) 280 € pro Tag**  
Drei Wochen maßgeschneiderte Panchakarma-Detox-Therapien mit einem persönlichen Verjüngungsprogramm, tiefere Reinigung von Körper, Geist und Seele. Zur Revitalisierung und Immunstärkung von Körper, Geist und Seele, für mehr Kraft, Energie und Vitalität sowie Klarheit der Gedanken, Fokus und Konzentration.

- 20 x Übernachtung im BioHotel Schloss Kirchberg
- Ayurvedische Vollverpflegung: 19 x Frühstück, 20 x Mittagessen, 19 x Abendessen, Ayurved. Getränke und Wasser
- 20 x Consultation
- 20 x individuelle Vormittagsbehandlung (je 60 Min.)
- 19 x individuelle Nachmittagsbehandlung (je 30 Min.)
- 19 x Yoga-Kurs um 18 Uhr (je 60 Min.)
- Sauna, Entspannungsraum & Sonnenterrasse (täglich)