



# Ayurveda-matka Intiaan

Pancha Karma - syväpuhdistushoitoon

terveyskonsultti Ossi Viljakaisen opastuksella



Dr. Adwait Tripathi

Matka I 6.9.-28.9

Arogyadham-hoitola, Noida (Delhi)

21 päivää

Hinta: 1445 €



Dr. Rajesh Kotecha

Matka II 11.10.-27.10

Chakrapani-hoitola, Jaipur (Rajasthan)

21 päivää.

Hinta: 1975 €

Ayurveda on perinteistä intialaista luonnonlääketiedettä, joka on tunnettu kyvystään parantaa monia kroonisia vaivoja, kuten astma, allergia, reumasairaudet, ylipaino, masennus, stressi, burn-out, ruuansulatusvaivat, iho-ongelmat, diabetes jne.

## Hintaan kuuluu:

- Ayurveda-lääkärin konsultaatio ja vastaanotto päivittäin
- Lääkärin valvonnassa suoritettavat yksilölliset ayurveda-hoidot, sisältäen mm. öljyhieronnat, shirodhara, höyrykylvyt, marma-terapia, kasvo- ja ihohoidot - yksilöllisesti, tarpeen mukaan
  - Lääkärin yksilöllisesti valitsemat ayurvediset yrittivalmisteet kunkin tarpeeseen
    - Monipuoliset, parantavat ayurvediset ateriat osana hoitokuria
  - Luennot ayurvedan perusteista ja ayurvedan oppien soveltamisesta harmonian ja terveyden tuomiseksi arkeen
- Majoitus ja ateriat, kuljetukset lentokentältä ja kentälle

Hinta ei sisällä lentoja tai matkavakuutusta.  
Varausmaksu: 300€ tilille 101130-248749  
(Maksun tietoihin: Oma nimi ja "ayurveda-matka").  
Lisätietoja: Ossi Viljakainen 09-2316 3211.



[www.ayur-jooga.fi](http://www.ayur-jooga.fi)