



## स्वा स्वारा इंजोर relaxation & bien être

8 jours / 7 nuits



A 170 km au sud de Goa, séjournez à SwaSwara au plus près de la nature comme pour vous fondre dans cet environnement sacré de la mythique plage «OM».

Un centre ayurvédique de qualité, mais aussi un centre de ressourcement intérieur, en coïncidence parfaite avec l'harmonie et la géographie sacrée du lieu.

Cette douceur de vivre qui baigne le SwaSwara est propice au rêve et à l'inspiration et c'est tout naturellement, que yoga et méditation prennent ici tout leur sens.

Vous trouverez ici luxe et confort en harmonie avec la nature.

[www.swaswara.com](http://www.swaswara.com)



### **TARIFS NETS EN EUROS PAR PERSONNE**

**Valables jusqu'au 30/09/14**

	<b>Package</b>
<b>Base 2 pax</b>	818 €
<b>Sup Single</b>	348 €

**Valables du 01/10/14 au 30/04/15 (hors dates spéciales du 19/12 au 10/01)**

	<b>Package</b>
<b>Base 2 pax</b>	1305 €
<b>Sup Single</b>	523 €

#### **Ce package comprend :**

- Accueil et assistance à l'arrivée / départ depuis l'aéroport de Goa en service regroupé
- Hébergement pour 07 nuits dans une villa de style Konkan indépendante et spacieuse
- Pension complète (Petit déjeuner + Déjeuner + Dîner sur la base menu fixe) (poisson et les légumes uniquement) et des boissons fraîchement préparés.

- Détente thérapie d'une durée de 20 minutes en utilisant des huiles ayurvédiques pour vous aider à déstresser et tonifier votre corps.
- 1 massage des mains et pieds
- 1 Massage de tête et des épaules
- 1 massage du dos
- 1 manucure pédicure en utilisant des préparations ayurvédiques.
- Dosas / Prakruti (analyse selon l'Ayurveda). Un dépliant avec des conseils sur les repas que vous devriez manger / éviter pour votre prakruti + les recettes pour une alimentation ayurvédique qui convient à votre prakruti.
- Tous les jours : les séances de yoga Asanas, Pranayama, Méditations et yoga nidra.
- Séance de Yoga Art.
- 2 cours de yoga privés d'une durée de 40 minutes par villa
- Les séances de cuisine interactive avec le chef dans notre galerie de cuisine - illimité
- Les activités de groupe en compagnie du guide naturaliste de l'hôtel : observation des oiseaux, balade dans la nature vers les plages voisines, Visite d'un village à proximité pour voir l'agriculture et le mode de vie rural et une visite éco de la propriété.
- Une visite avec accompagnateur du temple de Gokarna et du marché local.
- Les cours d'art et d'artisanat proposé à la Galerie d'art du resort
- Une croisière de 45 minutes en bateau pour visiter les plages à proximité (sous réserve de disponibilité suivant les conditions météorologiques).
- Un programme culturel pour une découverte de l'art traditionnel

**Ce package ne comprend pas :**

- Les vols
- Visa
- Traitement Ayurveda (à voir sur place après consultation du médecin du resort, les tarifs dépendent du traitement choisi)
- Vin
- Dépenses personnelles
- Pourboires
- Les repas autres que mentionnés ci-dessus.
- Guide / frais d'entrée pour les monuments
- Services non mentionnés
- Supplément transferts aéroport si base 1 pax



**Votre contact en France :**

[info@autentica.fr](mailto:info@autentica.fr)

[www.autentica.fr](http://www.autentica.fr)

Tél : 04.66.03.44.47

Fax : 09.55.28.81.26