



**SENIOREN
REISEN
AUSTRIA**

Ayurveda in Sri Lanka Wellness für Körper und Geist

Gruppenreise

16 Tage/14 Nächte inkl.

Flug ab/bis Wien

Pro Pers. im DZ ab € 3.799

Termin: 10.2. bis 25.2.2027

TRUSTED
TRAVEL
TEAM

DERTOUR
GROUP



- **traditionelle sri-lankische Panchakarma-Programm im CELESTIA AYURVEDA RESORT**
- **fakultatives Ausflugspaket buchbar**

Gönnen Sie sich eine Auszeit in Sri Lanka, der Insel im Süden des indischen Subkontinents. Erleben Sie die Weisheit des sri-lankischen Ayurveda in einer wohltuenden Umgebung, die darauf ausgerichtet ist, Körper und Geist zu reinigen, zu erneuern und zu revitalisieren.

Das 14-tägige traditionelle sri-lankische Panchakarma-Programm im CELESTIA AYURVEDA RESORT ist eine ganzheitliche Entgiftungs- und Regenerationskur zur Wiederherstellung des Gleichgewichts von Körper, Geist und Seele. Verwurzt in authentischen sri-lankischen Ayurveda-Heiltraditionen, kombiniert das Programm vorbereitende Therapien, klassische Panchakarma-Reinigungen und aufbauende Behandlungen unter der Aufsicht qualifizierter Ayurveda-Ärzte. Die Ayurvedakur ist ideal für Stressabbau, Entgiftung & Regeneration, Verdauungsbalance, Stärkung des Immunsystems, chronische Erschöpfung und ganzheitliches Wohlbefinden.



Stelzenfischer in Galle

1. Tag: Wien –Colombo

Nachmittags Abflug mit Emirates von Wien via Dubai nach Colombo.

2. Tag: Colombo – Bentota

Ankunft in Colombo am Morgen. Fahrt zum Ayurveda Resort in Bentota an der Südwestküste (65 km). 14 Nächte mit All Inclusive Verpflegung sowie Ayurveda Anwendungen.

3. – 15. Tag: Bentota

Genießen Sie Ihren Aufenthalt in Ihrem Ayurveda Resort. Wenn Sie etwas von der wunderschönen Insel kennenlernen möchten, empfehlen wir Ihnen unser fakultatives Ausflugspaket:

Ganztägiger Ausflug nach Dambulla und Sigiriya

Fahrt landeinwärts durch tropische Vegetation zu den berühmten Höhlentempeln von Dambulla (UNESCO-Weltkulturerbe), die sich in einem Felsmassiv aus Granit befinden und beeindruckende Fresken und eine Vielzahl von Buddhastatuen beherbergen. Nach dem Mittagessen (inkludiert) geht es weiter nach Sigiriya. Besuch der Felsenfestung mit den Ruinen des sagenhaften Palastes und den berühmten Felsfresken der zauberhaften „Wolkenmädchen“. Bei guter Kondition (festes Schuhwerk erforderlich) können Sie das Felsplateau erklimmen und die grandiose Panoramaaussicht genießen.

Ganztägiger Ausflug nach Galle

Ein Ausflug nach Galle verbindet Geschichte, Kultur und eindrucksvolle Naturerlebnisse. Im historischen Galle Fort laden alte Mauern, kleine Gassen und der Blick auf den Indischen Ozean zum Entdecken ein. Ein besonderes Highlight entlang der Küste sind die traditionellen Stelzenfischer, die auf ihren hölzernen Pfählen im Meer sitzen – ein faszinierendes Motiv und ein einzigartiger Einblick in das lokale Leben Sri Lankas. Das Mittagessen ist inkludiert.

Halbtägiger Bootsauflug Bentota River

Der Bentota Boat Ride ist ein entspannter Ausflug durch die tropischen Wasserlandschaften Sri Lankas. Mit dem Boot gleiten Sie über den ruhigen Bentota River, vorbei an dichten Mangrovenwäldern, kleinen Inseln und üppiger Natur. Unterwegs bieten sich mit etwas Glück Beobachtungen von exotischen Vögeln, Waranen oder Affen. Die Fahrt vermittelt einen authentischen Eindruck vom Leben entlang des Flusses und verbindet Naturerlebnis mit Ruhe und Erholung – ein ideales Highlight für Naturliebhaber.

16. Tag: Colombo –Wien

Morgens Transfer nach Colombo zum Flughafen. Abflug über Dubai nach Wien. Ankunft in Wien am gleichen Tag abends.



Ihr Hotel: Celestia Ayurveda Resort (Landeskategorie: 4 Sterne)

Eingebettet in üppigem Grün, im Herzen von Bentota, liegt das stilvolle Celestia Ayurveda Resort. Das Adults-only Resort bietet Ihnen einen friedlichen Zufluchtsort mit authentischen Ayurveda-Erlebnissen und einer bezaubernden Kombination aus Tradition und Moderne. Die weitläufige Gartenanlage lädt zum Spazieren ein und verfügt über viele Ruheplätze zum Entspannen. Die ruhige Atmosphäre sorgt dafür, dass Sie sich ganz auf Ihre Ayurvedakur einlassen können. Direkt am idyllischen Naturteich liegen die komfortablen Villen des Resorts. Diese eignen sich besonders für Gäste, die noch mehr Komfort und Privatsphäre schätzen, denn die Villen verfügen über einen eigenen Massagebereich, in welchem die Ayurveda-Anwendungen durchgeführt werden können. Der deutschsprachige Manager steht Ihnen zudem jederzeit unterstützend zur Seite und erleichtert auf Wunsch die Kommunikation, etwa während der ärztlichen Konsultationen.

(Verschiedene Zimmer- und Hoteleinrichtungen teilweise gegen Gebühr)

Lage & Umgebung

Bentota ist ein beliebter Ferienort an der Südwestküste Sri Lankas, etwa 65 Kilometer südlich von Colombo. Der Ort vereint traumhafte Sandstrände, tropische Natur und kulturelle Sehenswürdigkeiten. Feinsandige Strände und türkisblaues Meer

laden zum Sonnenbaden, Schwimmen und zu langen Spaziergängen ein. Die ruhige Lagune und der Bentota-Fluss bieten perfekte Bedingungen für Bootsfahrten, Kajaktouren und Wassersportarten. Bentota ist außerdem ein guter Ausgangspunkt für Ausflüge ins Landesinnere, etwa zu Tempeln, Gewürzgärten oder Schildkrötenfarmen.

Speisen & Genießen

Im Restaurant direkt am Pool genießen Sie vegetarische, ayurvedische Gerichte mit frischen Zutaten. Das Gemüse für Ihre ayurvedischen Mahlzeiten stammt überwiegend aus dem hauseigenen großen Gemüse- und Kräutergarten und der Region. Verschiedene Obstsorten, frisch gepresste Säfte und exotische Gewürze sorgen für ein abwechslungsreiches und leckeres Angebot. Die Mahlzeiten werden als Menü serviert und auf Ihren Konstitutionstyp abgestimmt. Gelegentlich wird auch weißer Fisch oder Huhn serviert.

Den weitläufigen Sandstrand von Bentota, der 2,7 km entfernt liegt, erreichen Sie in nur wenigen Minuten per Tuk-Tuk.

Ayurveda-Center

Das Team aus 4 qualifizierten Ayurveda-Ärzten und 20 Therapeuten ist auf Panchakarma spezialisiert und kümmert sich im Ayurveda-Center mit 17 Anwendungsräumen liebevoll um Ihr Wohlergehen. Außerdem unterstützt ein Experte für Aromatherapie und Akupunktur das Ayurveda-Team.

Abflughafen

Mit Emirates ab/bis Wien

Eingeschlossene Leistungen

- Reisebegleitung von SeniorenReisen
- Betreuung durch medizinisches Personal von SeniorenReisen
- Flug mit EMIRATES ab/bis Wien via Dubai nach Colombo und zurück in der Economy-Class inkl. Steuern & Gebühren
- Transfers lt. Reiseverlauf
- Rundreise lt. Reiseverlauf
- 14 Nächte im Hotel CELESTIA AYURVEDA RESORT mit Vollpension sowie Ayurveda-Paket

Inkludierte Leistungen im Ayurveda-Paket:

- Erst-, Zwischen- & Abschlusskonsultationen mit dem Ayurveda-Arzt
- Individueller Panchakarma-Behandlungsplan
- Tägliche ayurvedische Therapien & Kräutermedikamente
- Vollpension mit ayurvedischen Mahlzeiten (dosha-spezifisch)
- Kräutergetränke & Detox-Zubereitungen
- Tägliches Yoga & Meditation
- Ayurveda-Lebensstil- & Ernährungsberatung
- Abschließendes Wellness-Programm



Nicht eingeschlossen

Trinkgelder · Visagebühren · Ausflüge

Einreise-/Visabestimmungen

Österreichische Staatsangehörige benötigen zur Einreise nach Sri Lanka einen Reisepass, der noch sechs Monate nach Einreise gültig sein muss. Die Gebühr für ein Touristenvisum mit einer Gültigkeit von 30 Tagen beträgt aktuell USD 50 pro Person und muss vor Einreise online im ETA Sri Lanka Electronic Travel Authorization System (ETA) beantragt werden. (Änderungen vorbehalten)

Bitte beachten Sie, dass für andere Staatsangehörige andere Einreise- und Visabedingungen gelten können. (Stand: 10/2025).

WICHTIG: Lesen Sie bitte rechtzeitig, aber spätestens 72 Stunden vor Ihrer Abreise, den aktuellen Sicherheitshinweis des Auswärtigen Amtes für Ihre jeweilige Urlaubsregion und nehmen Sie gegebenenfalls eine Anpassung Ihrer Einreiseunterlagen vor (<https://www.auswaertiges-amt.de/de/ReiseUndSicherheit>)

Impfbestimmungen

Wir verweisen auf die Impfempfehlungen des Robert-Koch-Instituts (www.rki.de). Bitte informieren Sie sich auf jeden Fall rechtzeitig über die aktuellen Impf- bzw. Gesundheitsbestimmungen des Reiselandes z.B. bei Ihrem Arzt oder beim Centrum für Reisemedizin (www.crm.de) oder dem Tropeninstitut.

Reisebedingungen/Rücktritt

Es gelten die Reisebedingungen des Kataloges „DERTOUR Gruppenreisen weltweit“ 2026/2027.



Sigiriya

Zahlung

Zahlungen auf den Reisepreis dürfen nur gegen Aushändigung des Versicherungsscheines erfolgen. Bei Vertragsabschluss zahlen Sie bitte 20% des Reisepreises an. Den Restbetrag zahlen Sie bitte nach Erhalt der Rechnung.

Mindestteilnehmerzahl

15 Personen / maximal 20 Personen

An- und Abreise:

Der An-/Abreisetag gilt als Reisetag. Flugzeiten und -pläne können unter Umständen kurzfristig geändert werden.

Eingeschränkte Mobilität:

Die gebuchte(n) Reiseleistung(en) ist/sind für Personen mit eingeschränkter Mobilität nur bedingt nutzbar. Sollten Sie detailliertere Informationen über die Geeignetheit für Personen mit eingeschränkter Mobilität wünschen, kontaktieren Sie bitte Ihre Buchungsstelle.

Programm:

Flug-, Hotel- und Programmänderungen vorbehalten.

Programmänderungen oder Abweichungen in der Reihenfolge der geplanten Besichtigungen behalten wir uns vor. Die endgültige Reihenfolge sowie die Abfahrtszeiten werden von der Reiseleitung vor Ort bekannt gegeben.

Datenschutz:

Die DERTOUR Deutschland GmbH verarbeitet die von Ihnen angegebenen Informationen nach den Vorgaben des europäischen bzw. deutschen Datenschutzrechts. Weitere Angaben dazu finden Sie bei www.dertour-group.info unter dem Begriff Datenschutz.

Reiseversicherungen:

Wir empfehlen den Abschluss eines Reiseversicherungspaketes. Bitte beachten Sie, dass die genannten Reisepreise keine Reiserücktritts-Versicherung (Stornokosten-Versicherung und Reiseabbruch-Versicherung) enthalten. Wenn Sie vor Reiseantritt von Ihrer Reise zurücktreten, entstehen Stornokosten. Bei Reiseabbruch können zusätzliche Rückreise- und sonstige Mehrkosten entstehen. Deshalb empfiehlt sich der Abschluss eines Reiseversicherungspaketes von der Europäischen Reiseversicherung (www.europaeische.at): EUR 186,- (Stornokosten bis EUR 3000,- p. Person gedeckt).

FLUGPAUSCHALREISE

Preise pro Person in EUR	2 Pers.	1 Pers.
(Abflugtermin: Mittwoch), Zimmerbelegung mit 10.2. - 25.2.2027	3899	4499
Ausflugspaket (FAKULTATIV)		320
Ermäßigung PVÖ-Mitglieder		100
Aufzahlung bei 10-14 Teilnehmern		400
Visagebühren ca. 50 USD pro Person (Stand: 4/2026)		
Reiseversicherungspaket (Europäische Reiseversicherung - Stornokosten bis EUR 3.000 p.P. gedeckt)		186

Beratung und Buchung:



**SENIOREN
REISEN
AUSTRIA**

SeniorenReisen Reisebüro GmbH
Gentzgasse 129 · A - 1180 Wien
Telefon: +43 1 31372, Durchwahl 60
pvoe.at/seniorenreisen
seniorenreisen@pvoe.at