

 AYURVEDA ★ ★ ★ ★ ★  
PARKSCHLÖSSCHEN  
2026



Gültig ab dem 25.12.2025





Herzlich Willkommen .....	3
Menschen und Geschichte .....	4
Das ganze Haus ist Therapie .....	5
<b>Ayurveda</b> .....	<b>6-25</b>
Ayurveda ist das „Wissen vom Leben“ .....	6
Ayurvedisch-medizinische Betreuung .....	7
Programmübersicht .....	8
Panchakarma .....	9
Panchakarma Kuren .....	10-11
Langhana Kur <b>NEU</b> .....	12
Anti-Stress Kur .....	13
AyurWoman <b>NEU</b> .....	15
Regenerationskur .....	16
Alltags-Break .....	17
Ayurveda Weekend .....	18
Day Spa Deluxe .....	19
Ayurvedische Behandlungen .....	21-25
<b>Ayurvedisches Saunaerlebnis</b> .....	<b>27</b>
<b>Yoga und Meditation</b> .....	<b>29-30</b>
<b>Zusatzangebote</b> .....	<b>33</b>
Kosmetik .....	34-35
<b>Zimmer</b> .....	<b>36-37</b>
<b>Gesamtpreisübersicht</b> .....	<b>38-39</b>
<b>All Inclusive und Ayurveda Cuisine</b> .....	<b>40</b>
<b>Frühbucherrabatt und Upgrade</b> .....	<b>42</b>
<b>Kontakt</b> .....	<b>43</b>

# Liebe Gäste,

willkommen im Ayurveda Parkschlösschen – Ihrem **Ort der Ruhe, Heilung und inneren Balance**. Inmitten unberührter Natur und stilvoller Geborgenheit widmen wir uns seit **über 30 Jahren mit Leidenschaft und Hingabe der ganzheitlichen Gesundheit** auf Basis des traditionellen Ayurveda.

Unsere individuell abgestimmten Programme – von intensiven Panchakarma Kuren über regenerierende Detox-Angebote bis hin zu Ayurveda Kurzprogrammen – sind darauf ausgerichtet, **Körper, Geist und Seele wieder zu verbinden**. Jeder Aufenthalt bei uns ist ein Schritt in Richtung **mehr Lebensenergie und Lebensfreude!**

**Mit ayurvedisch-medizinischer Kompetenz, authentischer Ayurveda-Tradition und einer persönlichen Betreuung begleiten wir Sie auf Ihrem Weg zu mehr Vitalität, Gesundheit und nachhaltigem Wohlbefinden.**

Herzlichst

*Ihre Familie Preuß, Ihre Katja Lemmler, Ihr Kay-Uwe Brehm  
mit dem gesamten Team des Ayurveda Parkschlösschens*



Brigitte Preuß

*Geschäftsleitung & Inhaberin*



Katja Lemmler

*Geschäftsleitung*



Kay-Uwe Brehm

*Mitglied der Geschäftsleitung*



UNSERE HAUS TOUR  
– JETZT ANSEHEN!



# Menschen und Geschichte

Das Ayurveda Parkschlösschen verdankt seine Entstehung einem besonderen Erlebnis. Nach einer tiefgreifenden Ayurveda-Kur erlebte der Gründer Wolfgang Preuß eine Rückkehr zu körperlicher und geistiger Gesundheit, die sein Leben veränderte. Inspiriert von dieser Erfahrung beschloss er, **ein einzigartiges Ayurveda-Resort** in Deutschland zu schaffen.

Zusammen mit seiner Familie entdeckte er 1990 das „alte“ Parkschlösschen, das nach zweieinhalb Jahren Restaurierung und Erweiterung seine Tore öffnete. **Bis heute ist es ein Ort, an dem traditioneller Ayurveda, ayurvedisch-medizinische Expertise und persönliche Gastfreundschaft Hand in Hand gehen.**



# Das ganze Haus ist Therapie

**Im Ayurveda Parkschlösschen ist alles darauf ausgerichtet, Gesundheit und Wohlbefinden zu fördern.**

Die Architektur, die Materialien und die Farben wurden nach den universellen Prinzipien des Ayurveda ausgewählt und schaffen eine harmonische Umgebung für eine erfolgreiche Ayurveda Kur. Jede Mahlzeit, jede

Behandlung, jede Yoga-Übung, jeder Spaziergang durch den großen, idyllischen Park ist ein Schritt in Richtung Wohlbefinden und Lebensenergie. Die ruhige Welt des Therapiebereichs verschmilzt mit dem erstklassigen Service eines 5-Sterne-Ayurveda-Hotels zu einer **einzigartigen Oase der Erholung.**

## Ayurveda ist das „Wissen vom Leben“ ...

Das „Wissen vom Leben“ („Ayus“ = Leben, „Veda“ = Weisheit), wie der Ayurveda auch übersetzt wird, gilt als die älteste Gesundheitslehre der Welt.

Die Grundprinzipien des Ayurveda sind seine **universelle Anwendbarkeit und sein holistischer Ansatz, der den Menschen als Ganzes erfasst**. Vor diesem Hintergrund wurden über Jahrtausende naturheilkundliche und philosophische Empfehlungen **für ein langes und erfülltes Leben in Gesundheit entwickelt**.

Im Zentrum aller Programme im Parkschlösschen steht diese traditionelle Heilkunst mit ihren Anwendungen und Methoden – **professionell umgesetzt und fein abgestimmt auf die Bedürfnisse der Menschen unserer Zeit**.



*Ayurvedisches Pulslesen*

# Ayurvedisch-Medizinische Betreuung

Während der Erstkonsultation passen unsere erfahrenen Ayurveda Mediziner die **Kur- und Programmabläufe ganz individuell an Ihre persönlichen Bedürfnisse an** – darin liegt die besondere Stärke des Parkschlösschen-Ayurveda und die Basis für Ihren Kurerfolg.

## Unsere begleitende ayurvedisch-medizinische Betreuung beinhaltet:

- Erstkonsultation mit ayurvedischem Pulslesen
- Erstellung eines individuellen Therapieplans
- regelmäßige Zwischenkonsultationen
- ausführliches Abschlussgespräch
- Ernährungs- und Lifestyleberatung



Für Ihr Wohlbefinden arbeiten unsere Ayurveda-Mediziner und das gesamte Team eng zusammen – **jederzeit Hand in Hand.**

# Programmübersicht

## PANCHAKARMA KUREN

Panchakarma Kompakt	3.400 €   S.10
Panchakarma Klassisch	4.090 €   S.10
Panchakarma Intensiv	6.645 €   S.11
Panchakarma Ultimativ	13.100 €   S.11

## KURZKUREN

Langhana Kur	3.645 €   S.12
Anti-Stress Kur	2.390 €   S.13
AyurWoman	1.895 €   S.15
Regenerationskur	1.650 €   S.16

## AUSZEITEN UND RETREATS

Alltags-Break I	690 €   S.17
Alltags-Break II	1.060 €   S.17
Ayurveda Weekend	265 €   S.18
Day Spa Deluxe	495 €   S.19
Private Yoga Stay I	960 €   S.29
Private Yoga Stay II	1.530 €   S.29

Gesamtpreisübersicht zzgl. Zimmer & Vollpension —> Seite 38-39

# Panchakarma

## Panchakarma – Königstherapie des Ayurveda & Königsdisziplin des Parkschlösschens

Seit 1993 ist die klassische ayurvedische Reinigungskur Panchakarma die Kernkompetenz des Parkschlösschens. Ziel dieses intensiven Programms ist vor allem die Aktivierung der natürlichen Selbstregenerationskräfte des Organismus sowie die nachhaltige Gesundheitsvorsorge. Dazu werden unterschiedliche Reinigungs- und Behandlungsverfahren so effektiv kombiniert, dass sie ein Vielfaches ihrer möglichen Einzelwirkung entfalten. **Dieser enorme Effekt begründet die Einzigartigkeit von Panchakarma, der Königstherapie des Ayurveda.**

Nach den Erfahrungen unserer vielen Stammgäste wissen wir, dass sich Panchakarma auch bestens zur Erholung und Regeneration eignet, z.B. bei akutem Erschöpfungssyndrom und erhöhtem Stress infolge extremer beruflicher oder privater Herausforderungen.



**Panchakarma wird außerdem traditionell angewendet:**

- Chronischen Erkrankungen
- Neuro-vegetativen Erkrankungen
- Erkrankungen des Herz-Kreislaufsystems
- Gynäkologischen Erkrankungen
- Burnout-Prävention

# Panchakarma Kur

Tiefgreifende Reinigung für körperliche und geistige Hochform



## «Panchakarma Kompakt» 9 Nächte

Kurbegl. ayurvedisch-med. Betreuung\*

2 x Abhyanga	1 x Padabhyanga
1 x Garshan	1 x Shirodhara
1 x Pinda Sveda	2 x Svedana
1 x Pizzichilli	3 x Innere Bastis
1 x Udvartana	
1 x Vishesh	

---

Behandlungspauschale 3.400 €  
zzgl. Zimmer & Vollpension (S. 38-39)

## «Panchakarma Klassisch» 13 Nächte

Kurbegl. ayurvedisch-med. Betreuung\*

2 x Abhyanga	1 x Padabhyanga
1 x Garshan	1 x Shiroabhyanga
1 x Pinda Sveda	1 x Shirodhara
1 x Pizzichilli	2 x Svedana
1 x Udvartana	3 x Innere Bastis
2 x Vishesh	
1 x Kalari	

---

Behandlungspauschale 4.090 €  
zzgl. Zimmer & Vollpension (S. 38-39)

**«Panchakarma Intensiv» 20 Nächte**  
**Kurbegl. ayurvedisch-med. Betreuung\***

4 x Abhyanga	1 x Shiroabhyanga
1 x Garshan	1 x Shirodhara
1 x Pinda Sveda	3 x Svedana
2 x Udvartana	6 x Innere Bastis
1 x Pizzichilli	1 x Craniosakral Therapie
2 x Vishesh	
1 x Kalari	
2 x Nabi Basti	
1 x Nasya	
1 x Netra Tarpana	
2 x Padabhyanga	
1 x Pinda Sveda lokal	

---

Behandlungspauschale 6.645 €  
zzgl. Zimmer & Vollpension (S. 38-39)

**«Panchakarma Ultimativ» 34 Nächte**  
**Kurbegl. ayurvedisch-med. Betreuung\***

6 x Abhyanga	2 x Shiroabhyanga
2 x Garshan	5 x Shirodhara
3 x Pinda Sveda	4 x Svedana
2 x Pizzichilli	7 x Innere Bastis
2 x Udvartana	2 x Craniosakral Therapie
5 x Vishesh	2 x Ayurveda Coaching, 60 Min.
2 x Kalari	
6 x Nabi/Herz Basti	3 x Einzel-Meditation, 60 Min.
2 x Nasya	
2 x Netra Tarpana	3 x Personal Yoga, 60 Min.
4 x Padabhyanga	
2 x Pichu	

---

Behandlungspauschale 13.100 €  
zzgl. Zimmer & Vollpension (S. 38-39)

\*Weitere Informationen zu unserer ayurvedisch-medizinischen Betreuung → Seite 7

NEU

# Langhana Kur

Abnehmen  
mit Ayurveda



Das **ganzheitliche** Langhana-Programm unterstützt die **Gewichtsregulation** durch gezielte Ayurveda-Anwendungen, abgestimmte Ernährung und individuelle Beratung. **Im Fokus steht die Stoffwechsellanregung**, die gemeinsam mit Bewegung dabei hilft, Ballast loszulassen und neue Energie zu gewinnen.

## «Langhana Kur» 11 Nächte

### Kurbegl. ayurvedisch-med. Betreuung\*

1 x Garshan	2 x Pinda Sveda
4 x Svedana	1 x Kalari
1 x Pinda Sveda lokal	3 x Innere Bastis
2 x Udvartana	1 x Lifestyleberatung
2 x Vishesh	

---

Behandlungspauschale 3.645 €  
zzgl. Zimmer & Vollpension (S. 38-39)

WAS PASSIERT  
BEI EINER  
LANGHANA KUR?



\*Weitere Informationen zu unserer ayurvedisch-medizinischen Betreuung → Seite 7

# Anti-Stress Kur

Hektik, berufliche und private (Über-)Forderung und ständige Reizüberflutung sind unsere täglichen Energieräuber. Setzen Sie dieser Endlosspirale ein Ende und **entstressen Sie sich nachhaltig**: Entschleunigen Sie durch harmonisierende Ganzkörper-Öl-Synchronmassagen und die milde Reinigung Ihres Verdauungstrakts – **für ein Mehr an Energie und ein gestärktes Immunsystem.**

## «Anti-Stress Kur» 6 Nächte

### Kurbegl. ayurvedisch-med. Betreuung\*

1 x Abhyanga	1 x Padabhyanga
1 x Pizzichilli	1 x Shirodhara
1 x Udvartana	1 x Svedana
1 x Vishesh	3 x Innere Bastis

---

Behandlungspauschale 2.390 €  
zzgl. Zimmer & Vollpension (S. 38-39)

\*Weitere Informationen zu unserer ayurvedisch-medizinischen Betreuung → Seite 7

Entschleunigung  
mit Ayurveda



WAS PASSIERT  
BEI EINER  
ANTI-STRESS KUR?





# AyurWoman

NEU

Ayurveda für eine  
ausgewogene Weiblichkeit

Mit sanften ayurvedischen Anwendungen, achtsamem Yoga und **gezielten Bauchmassagen** unterstützt die AyurWoman Kur **Frauen ganzheitlich dabei, ihr emotionales und hormonelles Gleichgewicht zu stärken.** Wärme, Berührung und Achtsamkeit fördern die **Beruhigung des Nervensystems**, innere Ruhe und ein neues Körperbewusstsein.

## «AyurWoman» 6 Nächte

2 x Ayurveda Konsultation, 30 Min.	1 x Pichu
1 x Abhyanga	1 x Samvahana
1 x Shirodhara	1 x Nabi Basti
2 x Udarabhyanga	1 x Pinda Sveda
	1 x Padabhyanga

---

Programmpauschale 1.895 €  
zzgl. Zimmer & Vollpension (S. 38-39)



Runden Sie Ihren  
Aufenthalt durch unsere  
Zusatzangebote ab.  
→ Seite 33

# Regenerationskur

Lassen Sie es sich  
gesund gut gehen

Sie möchten eine Woche lang richtig entspannen, zur Ruhe kommen und neue Energie tanken? Dann ist dieses **Verwöhnprogramm** genau das Richtige für Sie! Genießen Sie täglich ayurvedische Massagen, unsere exklusive vegetarische Ayurveda Cuisine und **finden Sie Entspannung und Regeneration in unserem 5-Sterne Ayurveda Kosmos.**



## «Regenerationskur» 6 Nächte

2 x Ayurveda Konsultation, 30 Min.	1 x Padabhyanga
1 x Abhyanga	1 x Pichu
1 x Garshan	1 x Shiroabhyanga
1 x Vishesh	1 x Shirodhara

---

Behandlungspauschale 1.650 €  
zzgl. Zimmer & Vollpension (S. 38-39)

# Alltags-Break

## Raus aus dem Aktionsmodus!

Vergessen Sie Ihren Terminkalender, schalten Sie Ihr Smartphone aus und tauchen Sie ganz bewusst ein in den wunderbaren **5-Sterne Ayurveda Kosmos des Ayurveda Parkschlösschens**. Eine speziell abgestimmte Auswahl harmonisierender Öl-Massagen schenkt Ihnen dabei tiefe innere Ruhe und Entspannung.

### «Alltags-Break I» 2 Nächte

1 x Ayurveda Konsultation, 30 Min.  
1 x Abhyanga  
1 x Padabhyanga  
1 x Pichu

---

Behandlungspauschale 690 €  
zzgl. Zimmer & Vollpension (S. 38-39)

### «Alltags-Break II» 4 Nächte

2 x Ayurveda Konsultation, 30 Min.  
1 x Abhyanga  
1 x Vishesh  
1 x Padabhyanga  
1 x Pichu

---

Behandlungspauschale 1.060 €  
zzgl. Zimmer & Vollpension (S. 38-39)



Unser tägliches Yoga- und Meditationsangebot unterstützt alle Ayurveda Programme optimal.

→ Seite 33

# Ayurveda Weekend

Entspannung  
und Inspiration

Erleben Sie beim Ayurveda Weekend pure **Entspannung und Erholung**. Die **vierhändige Abhyanga Öl-Synchronmassage** ist ein unvergessliches Verwöhnerlebnis, das neue Energie und Wohlbefinden schenkt. Lassen Sie sich von unserer feinen Ayurveda Cuisine, täglichen Yoga-Einheiten, dem idyllischen Park und der einzigartigen Atmosphäre des Parkschlösschens verzaubern. **Tauchen Sie ein in unseren 5-Sterne-Ayurveda-Kosmos!**



## «Ayurveda Weekend» 2 Nächte

- 1 x Abhyanga Öl-Synchronmassage
- Ayurveda Rahmenprogramm (S. 40)
- tägl. Vorträge unserer Ayurveda Experten
- 2 x tägl. Hatha Yoga-Gruppenkurs
- tägliches Meditationsangebot
- Nutzung unseres Wellness-Bereichs „Veda-Therme“ (Thermalschwimmbad, Biosauna, Finnische Sauna, Infrarotkabine mit Salzsteinen, Fitnessraum)

---

Programmpauschale 265 €

zzgl. Zimmer & Vollpension (S. 38-39)

# Day Spa Deluxe

Ein Tag zum  
Verwöhnen

Entfliehen Sie dem Alltag und lassen Sie sich von uns verwöhnen. Genießen Sie unsere köstliche Ayurveda Cuisine und freuen Sie sich auf den Höhepunkt Ihres Verwöhntages: eine **tief entspannende Abhyanga Öl-Synchronmassage, die Körper und Geist in Einklang bringt** und pure Entspannung schenkt.

## «Day Spa Deluxe»

- Einführungsvortrag Ayurveda
- 1 x Abhyanga Öl-Synchronmassage
- Ayurveda Cuisine: vegetarisches Mittag- & Abendessen inkl. Getränke
- Nutzung unseres Wellness-Bereichs „Veda-Therme“ (Thermalschwimmbad, Biosauna, Finnische Sauna, Infrarotkabine mit Salzsteinen, Fitnessraum)
- Getränke: Heilkräuter- und Ayurveda-Tees, heißes Thermalwasser
- Teilnahme am täglichen Yoga & Meditationsprogramm und Vorträgen unserer Ayurveda Experten
- Doppelzimmer als Tageszimmer nutzbar
- Anreise bis 10 Uhr möglich

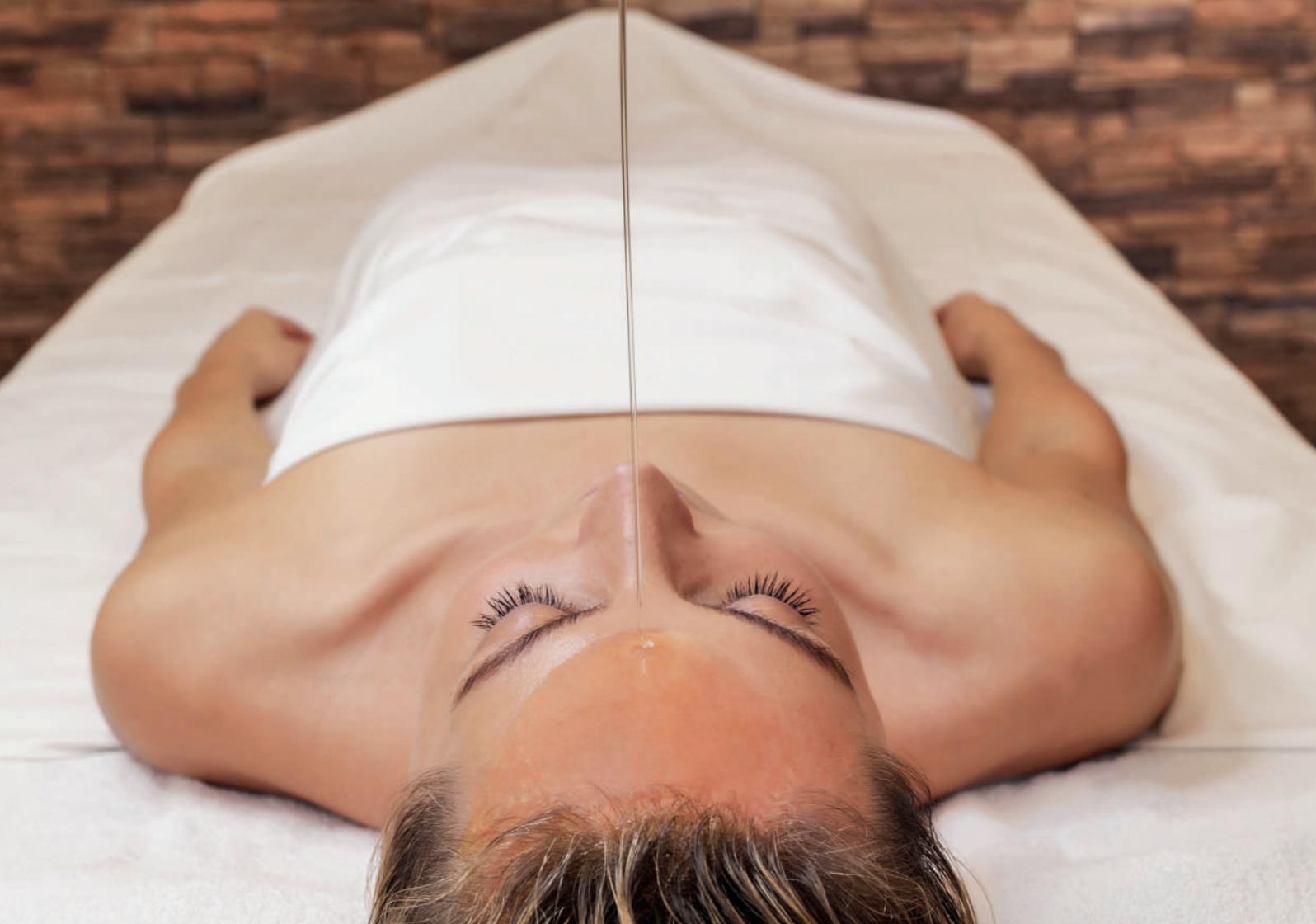


---

Tagespauschale 495 €\*  
\*Zusätzlich 10% Servicegebühr

Weitere Informationen zu unseren Serviceleistungen → Seite 40

*\*Gerne bieten wir Ihnen die Möglichkeit, ein ausführliches und persönliches Beratungsgespräch mit einem unserer Ayurveda Mediziner zu führen (Aufpreis 120 €).*



# Ayurvedische Behandlungen

Unsere Ayurveda Behandlungen sind ein zentraler Teil der Ayurveda Kur und **entfalten erfahrungsgemäß eine tiefgreifende Wirkung**. Sie können deshalb nur nach einer Konsultation bei einem unserer Ayurveda Mediziner durchgeführt werden.

Alle Behandlungen im Ayurveda Parkschlösschen werden von unseren Ayurveda Therapeuten mit viel Erfahrung und persönlicher Hingabe ausgeführt. **Gemäß des traditionellen Ayurveda werden Frauen nur von Frauen behandelt und Männer nur von Männern.**

Die verwendeten **Ayurveda-Öle und Kräuterzusätze in Bio-Qualität** werden dabei individuell nach Indikation ausgewählt. Für Erholungsphasen nach den Behandlungen stellen wir Ihnen nach Möglichkeit einen privaten Ruheraum mit Badezimmer zur Verfügung.

*Lesen Sie mehr zu unseren Behandlungen auf Seite 22-25 —>*

# TRADITIONELLE Synchronmassagen

*Die Besonderheit der Synchronmassagen liegt in der zeitgleichen Stimulierung beider Gehirnhälften. Dies geschieht durch die synchrone Behandlung beider Körperhälften mit vier Händen. Als Reaktion sendet das vegetative Nervensystem Entspannungsimpulse an Herzschlag und Atmung, Gefäßsysteme und Blutdruck, Verdauung und Stoffwechsel.*



## **GARSHAN 255 €**

**Ganzkörper-Synchronmassage mit Massagehandschuhen.** Traditionelle Anwendung zur Anregung von Kreislauf und Stoffwechsel. Aus Erfahrung empfehlenswert bei Cellulite.

## **ABHYANGA 265 €**

### **Ganzkörper-Öl-Synchronmassage.**

Traditionelle Anwendung zur Reduktion und Harmonisierung von Vata und zur Förderung des Wohlbefindens und tiefer Entspannung.

## **VISHESH 255 €**

**Ähnlich wie Abhyanga, jedoch mit mehr Druck und Tempo ausgeführt, daher auch die Übersetzung „Tiefenmassage“ oder „Bindegewebsmassage“.** Traditionelle Anwendung für eine anregende und vitalisierende Wirkung auf Geist, Körper und Stoffwechsel.

## SAMVAHANA 265 €

Liebevolle, sanfte und ausgleichende Synchronmassage zur Behandlung des ganzen Körpers mit Seide, Bürsten, Mandel- und Rosenöl. **Nach der ayurvedischen Lehre eine Behandlung für Frauen mit außerordentlich positiver Wirkung auf das körperliche und emotionale Wohlbefinden.**



## UDVARTANA 280 €

**Ganzkörper-Peeling-Synchronmassage mit einer Paste aus Getreide, Kräutern, Salz oder Heilerde mit Öl.** Traditionelle Anwendung zur intensiven Anregung des Zell- und Organstoffwechsels sowie des Kreislaufs mit belebender und reinigender Wirkung.



## PINDA SVEDA 325 €

**Wärmende Ganzkörper-Synchronmassage mit Baumwollsäckchen,** die mit verschiedenen Kräutern, Reis, Zitrone-Kokos oder anderen natürlichen Inhaltsstoffen gefüllt sind. Wird traditionell angewendet zur Lösung von Verspannungen und zur Kräftigung des Gewebes.

## PIZZICHILLI 420 €

**Ganzkörper-Guss oder „Königsguss“ mit 7 Liter warmem Öl.** Noch intensiver als die anderen Behandlungen regt er den Stoffwechsel von Haut und Organen an. Aus Erfahrung stark reinigend und als sehr entspannend beschrieben.

## TAKRACHILLI 420 €

**Ganzkörper-Guss mit 9 Liter Buttermilchmischung.** Sehr empfehlenswert bei Hautproblemen oder Entzündungen, da Pitta reduziert und die Haut leicht gekühlt wird.

# SPEZIAL Anwendungen

*Traditionelle Einzelbehandlungen, lokale (Teil-)Massagen, Öl- und Kräuterbehandlungen*

## UDARABHYANGA 105 €

**Bauchmassage.** Traditionelle Anwendung, um fasziale Verklebungen im Bauchraum zu lösen und somit die Verdauungskraft und den Lymphabfluss anzuregen.

## KARNAPURNAM 155 €

**Spezial-Ohrenölbad.** Traditionelle Anwendung bei Tinnitus, Ohrenschmerzen, Kieferschmerzen und Trockenheit im Ohr.

## PRISTABHYANGA 165 €

**Ayurvedische Rückenbehandlung,** empfehlenswert bei Rückenbeschwerden.

## PADABHYANGA 165 €

**Bein- und Fußmassage.** Traditionelle Anwendung für Menschen, die unter Stress und unter mentalen Belastungen leiden. Führt erfahrungsgemäß zu innerer Ruhe und tiefer Entspannung.

## SHIROABHYANGA 180 €

**Kopf-, Hals-, Nacken- und Gesichtsmassage.** Traditionelle Anwendung zum Lösen muskulärer Verspannungen und zur Anregung des Lymphabflusses im Kopfbereich.

## SHIRODHARA INTENSIV 195 €

**Kopf-, Gesicht-Massage mit Stirnguß,** erfahrungsgemäß beruhigend für das vegetative Nervensystem.

## KALARI 215 €

**Intensive Ganzkörper-Behandlung mit speziellen Massage- und Mobilisationstechniken, welche die Energiebahnen und Vitalpunkte aktivieren.** Wird traditionell zur Wiederherstellung oder Optimierung des Energieflusses im Organismus angewendet.

## NASYA 215 €

**Intensivbehandlung des Schulter-Nacken-Bereichs und der Nasennebenhöhlen.** Traditionelle Anwendung bei Migräne, Heuschnupfen und chronischen Nasennebenhöhlenentzündungen.

## LEPAM 60 €

**Lokale Packung mit Ingwer oder Quark**, wird vor allem auf schmerzhaften oder geschwollenen Körperteilen angewendet.

## INNERE BASTIS 120 €

**Therapeutische Öl- und Heilkräuter-Einläufe** mit nährender oder ausleitender Wirkung.

## SVEDANA 125 €

**Kräuterdampfbad**, traditionelle Anwendung zum Abtransportieren und Ausschwitzen von Stoffwechsellrückständen.

## ÄUSSERE BASTIS 135 €

**Organspezifische, lokale Ölbäder**, die durch tief eindringende Wärme und spezielle Heilkräuter erfahrungsgemäß beruhigend wirken.

## PICHU 140 €

**Lokale Ölumschläge**. Wohltuende Anwendung, die traditionell insbesondere zum Lösen von innerer Unruhe, diversen Spannungsschmerzen, Gelenkschmerzen, Nervenschmerzen und Lymphstau angewendet wird.

## NETRA TARPANA 140 €

**Augenwannenbad**. Eine Lokalbehandlung, die traditionell bei chronischen und akuten Augenerkrankungen, insbesondere bei Reizzuständen, Übermüdung und Verklebungen der Augen eingesetzt wird.

## SHIRODHARA 155 €

**Öl-Stirnguss**. Traditionelle Anwendung zur Beruhigung des vegetativen Nervensystems, bei neurovegetativen Störungen und zur Linderung von Stressfolgen. Wird als harmonisierend und ausgleichend beschrieben.

## TAKRADHARA 155 €

**Buttermilch-Stirnguss**. Traditionelle Anwendung zur Beruhigung und Kühlung des vegetativen Nervensystems. Wird u.a. bei Migräne, Schlaf- und psychosomatischen Beschwerden angewendet.

## PINDA SVEDA LOKAL 190 €

**Teilmassage mit Baumwollsäckchen**, die mit verschiedenen Kräutern, Reis oder Zitrone-Kokos gefüllt sind. Wird traditionell zum Lösen von neuromuskulären Verspannungen angewendet.



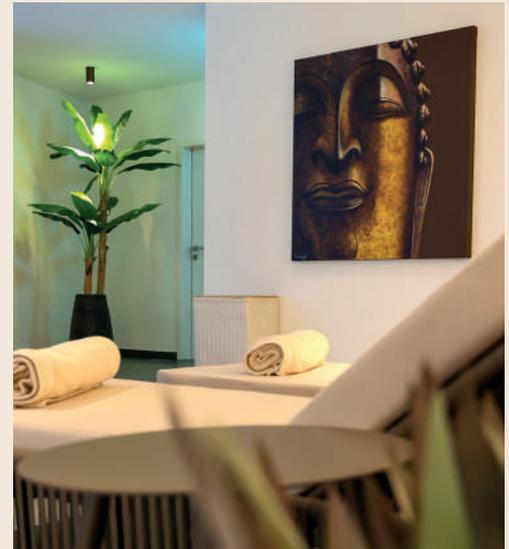
空林歸淚



# Ayurvedisches Sauna Erlebnis

In unserem **neu gestalteten Saunabereich** treffen Detox und Entspannung auf die Weisheit des Ayurveda. Freuen Sie sich auf **drei Saunen, die auf die Konstitutionstypen Vata, Pitta und Kapha abgestimmt sind**. Genießen Sie wohltuende Aufgüsse für ein Saunaauslebnis, das Körper und Geist in Einklang bringt.

- **Biosauna:** Sanfte Wärme und hohe Luftfeuchtigkeit beruhigen das **Vata-Dosha** und schenken Stabilität
- **Infrarotsauna mit Salzsteinen:** Harmonisiert das **Pitta-Dosha** und unterstützt Haut sowie Atemwege
- **Finnische Sauna:** Fördert die Detox Prozesse und ist besonders zur Balance des **Kapha Doshas** geeignet





Unsere erfahrenen Yogalehrer  
können auch für **Personal Yoga**  
und **Meditationseinführungen**  
gebucht werden.

→ Seite 33



# Yoga und Meditation

**Yoga und Meditation ergänzen den ganzheitlichen Gesundheitsansatz der Ayurveda Programme optimal.** Sie sind effektive Mittel, um Prävention und Regeneration nachhaltig zu fördern, ohne den Organismus zu überfordern.

**Im Ayurveda Parkschlösschen bieten wir 2 x täglich sanftes Hatha Yoga in der Gruppe mit anschließender Meditation als Serviceleistung an. Oder Sie entscheiden sich für eines unserer „Private Yoga Stays“.**

Schenken Sie sich ein individuelles Yoga Retreat nur für sich selbst

## «Private Yoga Stay I» 3 Nächte

- 1 x Ayurveda Konsultation, 30 Min.
- 2 x Personal Yoga, 90 Min.
- 1 x Abhyanga
- 1 x Padabhyanga
- 1 x Pichu

---

Programmpauschale 960 €  
zzgl. Zimmer & VP (Seite 38-39)

## «Private Yoga Stay II» 6 Nächte

- 2 x Ayurveda Konsultation, 30 Min.
- 4 x Personal Yoga, 60 Min.
- 1 x Abhyanga
- 1 x Padabhyanga
- 1 x Pinda Sveda
- 1 x Pichu

---

Programmpauschale 1.530 €  
zzgl. Zimmer & VP (Seite 38-39)

# Yoga im Freien

NEU

**Erleben Sie die wohltuende Wirkung von Yoga inmitten der Natur!**

Bei schönem Wetter laden wir Sie herzlich ein, Ihre Yogaeinheit unter freiem Himmel zu genießen – **auf unserem neuen Yoga-Deck**. Umgeben von frischer Luft, sanften Klängen der Natur und wärmenden Sonnenstrahlen entsteht ein ganz besonderes Ambiente, das Körper und Geist in Einklang bringt. Unsere erfahrenen Yoga-Lehrer begleiten Sie mit sanften Übungen und individueller Anleitung.

**Genießen Sie diese kleine Auszeit im Grünen!**







# Zusatzangebote

PERSONAL YOGA*	60 Min.   100 €	90 Min.   135 €
PERSONAL YOGA FÜR 2 PERSONEN*	60 Min.   125 €	90 Min.   160 €
EINZEL-MEDITATIONSEINFÜHRUNG	2 x 60 Min.   240 €	
CRANIOSAKRAL THERAPIE	60 Min.   160 €	
YOGATHERAPIE	60 Min.   120 €	
PHYSIOTHERAPIE	60 Min.   120 €	
AYURVEDA & KLASSISCHE KOSMETIK		<i>siehe S. 34-35</i>

\*Ab 180 Min. Personal Yoga inkl. digitalem Yoga-Manual

# Kosmetik

In unserer Kosmetikabteilung möchten wir Ihre persönliche Schönheit nicht nur oberflächlich unterstreichen, sondern wirklich **tiefgreifende Techniken und hochwertige Inhaltsstoffe einsetzen**.

Die Naturkosmetik-Marke **PHARMOS NATUR** verwendet das 100% reine, Aloiin-freie, wirkstoffreiche und regenerierende Aloe Vera Pflanzen-Gel. Das Highlight in jeder Kosmetikbehandlung ist das Aloe Vera Frischpflanzenblatt. 100% natürliche Kosmetik für eine strahlende Schönheit, die Körper und Geist gleichermaßen anspricht.



**PHARMOS  
NATUR**

## AYURVEDA KOSMETIK

VATA-FACIAL 170 €

---

PITTA-FACIAL 170 €

---

KAPHA-FACIAL 170 €

---

HEALING FACE THERAPY 170 €

## KLASSISCHE KOSMETIK

KLASSISCHE  
GESICHTSBEHANDLUNG 160 €  
*für Damen*

---

NATURE OF MEN  
TREATMENT 160 €  
*für Herren*

## KLASSISCHE KOSMETIK

GESICHTS-INTENSIV-  
BEHANDLUNG 190 €  
*für Damen & Herren*

---

INTENSIV ANTI-AGING-  
BEHANDLUNG 225 €  
*für Damen & Herren bei jedem Hauttyp*

---

HAND-VERJÜNGUNGSKUR 90 €

---

HAND-VERJÜNGUNGSKUR  
INKL. KOSMETISCHE  
MANIKÜRE 165 €

---

KOSMETISCHE  
MANIKÜRE 70 €

KOSMETISCHE PEDIKÜRE  
INKL. FUSSMASSAGE &  
PFLEGE 90 €

---

FUSS-VERJÜNGUNGSKUR 90 €

---

FUSS-VERJÜNGUNGSKUR  
INKL. KOSMETISCHE  
PEDIKÜRE 165 €

---

BRAUEN  
& WIMPERN FÄRBEN 65 €

---

WIMPERN FÄRBEN 40 €

---

BRAUEN FÄRBEN 30 €

---

BRAUEN ZUPFEN 10 €

# Zimmer

Unsere komfortablen, klassisch-modernen 58 Suiten und Zimmer sind maßgeblich mit reinen und hochwertigen Naturmaterialien ausgestattet und sind Nichtraucherzimmer. Aus allen Wasserhähnen fließt quellfrisches Thermalwasser in Trinkqualität.

In jedem Zimmer haben Sie die Möglichkeit, sich geführte Meditationen, Rezitationen der Veden oder ayurvedische Gandharva-Veda-Musik anzuhören. Im Sinne von „**Digital Detox**“ ist das gesamte Haus ganz bewusst eine WLAN-freie Zone. Alle Zimmer verfügen jedoch über einen dLAN-Anschluss. Zusätzlich steht Ihnen unser Internetraum 24h kostenfrei zur Verfügung.



## EINZELZIMMER KATEGORIE I

Einzelbelegung 240 €

## EINZELZIMMER KATEGORIE II

Einzelbelegung 290 €



## DOPPELZIMMER

Einzelbelegung 290 €

Doppelbelegung 450 €



## JUNIORSUITE KATEGORIE I

Einzelbelegung 370 €

Doppelbelegung 530 €

## JUNIORSUITE KATEGORIE II

Einzelbelegung 420 €

Doppelbelegung 580 €

# Gesamtpreisübersicht

Preise inklusive Vollpension	Personen	Panchakarma Kompakt	Panchakarma Klassisch	Panchakarma Intensiv	Panchakarma Ultimativ	NEU Langhana Kur	Anti-Stress Kur	NEU AyurWoman
<b>EINZELZIMMER KAT. I</b>	1	6.415 €*	8.445 €*	13.345 €*	24.490 €*	7.330 €*	4.400 €*	3.905 €*
<b>EINZELZIMMER KAT. II</b>	1	6.865 €*	9.095 €*	14.345 €*	26.190 €*	7.880 €*	4.700 €*	4.205 €*
<b>DOPPELZIMMER</b>	1	6.865 €*	9.095 €*	14.345 €*	26.190 €*	7.880 €*	4.700 €*	4.205 €*
	2	12.560 €*	16.500 €*	26.090 €*	47.960 €*	14.330 €*	8.620 €*	7.630 €*
<b>JUNIORSUITE KAT. I</b>	1	7.585 €*	10.135 €*	15.945 €*	28.910 €*	8.760 €*	5.180 €*	4.685 €*
	2	13.280 €*	17.540 €*	27.690 €*	50.680 €*	15.210 €*	9.100 €*	8.110 €*
<b>JUNIORSUITE KAT. II</b>	1	8.035 €*	10.785 €*	16.945 €*	30.610 €*	9.310 €*	5.480 €*	4.985 €*
	2	13.730 €*	18.190 €*	28.690 €*	52.380 €*	15.760 €*	9.400 €*	8.410 €*

\*zzgl. Gästebeitrag pro Person und Übernachtung

<i>Preise inklusive Vollpension</i>	Personen	Regenerationskur	Alltags-Break I	Alltags-Break II	Ayurveda Weekend	Private Yoga Stay I	Private Yoga Stay II
<b>EINZELZIMMER KAT. I</b>	1	3.660 €*	1.360 €*	2.400 €*	935 €*	1.965 €*	3.540 €*
<b>EINZELZIMMER KAT. II</b>	1	3.960 €*	1.460 €*	2.600 €*	1.035 €*	2.115 €*	3.840 €*
<b>DOPPELZIMMER</b>	1	3.960 €*	1.460 €*	2.600 €*	1.035 €*	2.115 €*	3.840 €*
	2	7.140 €*	2.660 €*	4.680 €*	1.810 €*	3.840 €*	6.900 €*
<b>JUNIORSUITE KAT. I</b>	1	4.440 €*	1.620 €*	2.920 €*	1.195 €*	2.355 €*	4.320 €*
	2	7.620 €*	2.820 €*	5.000 €*	1.970 €*	4.080 €*	7.380 €*
<b>JUNIORSUITE KAT. II</b>	1	4.740 €*	1.720 €*	3.120 €*	1.295 €*	2.505 €*	4.620 €*
	2	7.920 €*	2.920 €*	5.200 €*	2.070 €*	4.230 €*	7.680 €*

\*zzgl. Gästebeitrag pro Person und Übernachtung

# All Inclusive und Ayurveda Cuisine

## Unsere inklusiven Serviceleistungen für Sie:

- personalisierte Gästebetreuung
- tägl. Vorträge unserer Ayurveda Experten
- 2 x tägl. Hatha Yoga-Gruppenkurs mit Meditation
- regelmäßig geführtes Meditationsangebot
- Nutzung des Wellnessbereichs „Veda-Therme“ mit Biosauna, Finnische Sauna, Infrarotkabine mit Salzsteinen und Thermalschwimmbad
- Nutzung unseres Fitnessbereichs

**\*ACHTUNG:** *Wir bieten keine alkoholischen und koffeinhaltigen Getränke an und verzichten auf herkömmlichen Zucker. An den Abföhrtagen (1-2 Tage) werden nur leichte Suppen serviert.*



## Die ayurvedische Vollpension\* beinhaltet:

- alle Mahlzeiten ausschließlich vegetarisch, **auf Wunsch auch vegan**
- individuell abgestimmte Ernährung bei besonderen Anforderungen
- tägl. frisch zubereitete Nachmittagsuppe
- alle Getränke: Heilkräuter- und Ayurveda-Tees, heißes Thermalwasser
- 2 x tägl. Heißwasser-Zimmerservice
- Sonntags: vielfältiges ayurvedisches Buffet
- ayurvedische Kräuterpräparate

**Ayurvedische Vollpension 95 € p.P./Tag**



# Rabatt und Upgrade

## Frühbucherrabatt 5%

Für alle Buchungen, die Sie mindestens 3 Monate vor Aufenthaltsantritt fest reservieren, können Sie einen Frühbucherrabatt in Anspruch nehmen. Dieser wird angerechnet auf die Kosten für Übernachtung, Vollpension, Behandlungspauschale und ayurvedisch-medizinische Betreuung.

## Stammgast-Upgrade

In den letzten 10 Jahren waren Sie bereits 3 x Gast im Ayurveda Parkschlösschen? Wir möchten uns bei Ihnen für Ihre Treue bedanken und schenken Ihnen ein Zimmer-Upgrade in die nächsthöhere freie Zimmerkategorie.

Beide Rabatt-Modelle sind nicht kombinierbar und gelten nur für Direktbuchungen ohne Reisevermittler. Für den Frühbucherrabatt gelten folgende von unseren Allgemeinen Geschäftsbedingungen abweichende Buchungsbedingungen: Der reservierte Aufenthalt muss innerhalb von 14 Tagen nach Buchungsdatum komplett bezahlt sein. Bei Stornierung ist keine Rückerstattung des Betrags möglich. Sie können die Buchung jedoch innerhalb eines Jahres einmal verschieben.



JETZT IHREN  
FRÜHBUCHERRABATT  
SICHERN!



# Kontakt

Wir beraten Sie gerne persönlich und unverbindlich.

**Rufen Sie uns an oder senden Sie uns eine E-Mail! Wir freuen uns darauf, von Ihnen zu hören.**



## TELEFON

+49 (0)6541 7050

## E-MAIL

rezeption@parkschloessen.de

## WEBSITE

ayurveda-parkschloessen.de

## ONLINE SHOP

ayurveda-parkschloessenshop.de

## HEALTH BLOG

ayurveda-parkschloessenblog.de

## SOCIAL MEDIA

@ayurvedaparkschloessen



 **AYURVEDA** ★ ★ ★ ★ ★  
**PARKSCHLÖSSCHEN**

Ayurveda Parkschlösschen · Wildbadstr. 201  
56841 Traben-Trarbach · Deutschland

+49 (0)6541 7050  
rezeption@parkschloesschen.de  
ayurveda-parkschloesschen.de

