



## Kadaltheeram Ayurvedic Resort



4,5 Kilometer nördlich von Varkala befindet sich das Kadaltheeram Ayurvedic Resort, nachstehend KAR genannt. Am 15. Oktober entschlossen sich SS Saju, bis dato Marketing Manager des Krishnatheeram und Chefarzt Dr. Honey, ebenfalls Krishnatheeram, ihr Hotel vor möglicher Übernahme durch die MRI-Hotelgruppe zu verlassen und sich mit dem KAR einen individuellen Platz zu schaffen, der den höchstgelegenen Vorstellungen gleichkam. Ambitionierte Eröffnung: 14.11.08. Nach einem Besuch Ende Oktober konnten wir feststellen: Plansoll erfüllt.

Das Kadaltheeram verfügt über direkten Strandzugang ab Hotel (etwa 50 Meter Hotelgarten liegen zwischen dem Haus und dem Meer). Die Atmosphäre ist ruhig, gelassen, und "next door neighbours" sind nicht in Sicht. Das Kadaltheeram eignet sich nicht, wenn man einen hohen Sozialanspruch mit vielen Mitkurenden hat, aber sehr gut, wenn man nach überstandenerm Alltagsstress Ruhe sucht.



### **Gesundheit**

Dr. Honey's Domain ist der medizinale Bereich. Der innovative, junge Ayurveda-Arzt machte im Krishnatheeram für die Gesellschaft Healing Veda auf sich aufmerksam und bedient sich individueller Therapien zur Durchführung klassischer Reinigungskuren. Obwohl Honey ein durchaus kooperativer Arzt ist, gehört seine Philosophie eher zur strikteren Gangart im Rahmen von Ayurveda-Kuren.

In ernsteren Fällen heißt dies: straffe Diäten und Anwendungen, die eher in Richtung "kompromisslos" tendieren. Honey verfiel die Ansicht, dass Mitteleuropäer ohnehin "Entgiftungskandidaten" sind, denn die Anzahl von messbaren physischen und erkennbaren psychischen Toxiden, die aufgrund immer größerer Belastungen in vielen Berufsbildern auftauchen, sind für ihn Grund genug sich intensiv und EINZELN mit Ayurvedagästen zu beschäftigen und möglichen individuellen Behandlungen eine Entgiftung voranzustellen.



### **Wohnen**

Das KAR verfügt über 12 Zimmer mit Balkon oder Terrasse, allesamt mit Ventilator & Dusche/WC ausgestattet (Aircondition = Aufpreis/zahlbar vor Ort von 10EUR pro Tag/Zimmer). Die Zimmer werden täglich mit Duftstoffen entsprechend der jeweilig überwiegenden Dasha bestückt und sind einfach, aber zweckmäßig ausgestattet.



## Ayurvit – Harmonie mit dem Leben

Islands and More / Ayurvit, Gudrun Schlehuber-Sasse, Freudstr.1, 80935 München,  
Tel 089 – 22 84 59 15, Fax 089 – 22 84 59 16 Mail: [info@ayurvit.de](mailto:info@ayurvit.de)  
Mo – Fr 10.00h – 13.00h / 14.00h -18.00h und nach Vereinbarung



Im vorgelagerten Garten kann man sich Bücherträumen (Empfehlung: David Davidar, House of the Blue Mangos; Empfehlung: Amitav Gosh, The Glass Palace) hingeben oder aber einfach auf Balkon/Terrasse nach anstrengenden Anwendungen "abhängen" (neudeutsch für "entspannen", auch wir gehen mit der Zeit).

Zum jetzigen Zeitpunkt können wir sagen, dass das Kadaltheeram etwa so ist, wie ein Ayurveda-Resort sein sollte und auf unnötigen Schnickschnack verzichtet. Behandlungen, schlichtes Ambiente und Service stehen im Vordergrund.

Darüber hinaus ist der Blick vom Open-Air-Restaurant in Richtung Meer ein besonderes Erlebnis. Nicht spektakulär, sondern einfach schön.

### Freizeit



Ein gepflasterter, den Strand entlang führender Weg verbindet das Kadaltheeram mit der Außenwelt. 4,5 Kilometer (40 Minuten Gehweite, oder 15 Taximinuten) befinden sich zwischen Varkala und dem KAR. Hier - in Varkala - hat man all das (Shops, Restaurants etc) worauf man eigentlich während einer Ayurveda-Kur verzichten sollte - aber: sollte einmal "die Decke auf den Kopf fallen" lohnt sich ein Ausflug oder ein Spaziergang allemal.

Ansonsten beschränkt sich das Freizeitangebot im KAR auf organisierte Touren (Backwaters / Elefantentrainingsstation etc.) und auf den Garten.

