



Madeira - Portugal

Alpino Atlantico

Erleben Sie eine Ayurveda Kur, dort wo die Heilpflanzen gedeihen. Auf der Blumeninsel Madeira erwartet Sie Entspannung pur im Hotel Alpino Atlantico.

Das Resort

Lage

Das Hotel liegt an der sonnigen Südküste von Madeira in dem Villen-Quartier Contrata in der Ortschaft Canico de Baixo, auf einer hohen Klippe über dem Atlantik. Die Hauptstadt der Insel Funchal, mit der kleinen historischen Altstadt und dem grossen Hafen, ist nur ein paar Kilometer entfernt und gut mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar. Der Transfer vom Flughafen Madeira zum Hotel dauert maximal zwanzig Minuten.

Das Resort

Die Landschaft von Madeira ist geprägt von hohen Bergen und steilen Küsten vulkanischen Ursprungs. Das Ayurveda-Hotel Alpino Atlantico befindet sich auf einer Klippe über dem Atlantik, ist im Stil eines Terrassenhauses gebaut und verfügt über 27 Zimmer auf drei Stockwerken. Offene Treppen verbinden die einzelnen Ebenen mit dem Garten. Von der Terrasse des Restaurants aus haben Sie einen herrlichen Blick über das Meer. Hier können Sie sich gemütlich zurücklehnen und die köstlichen ayurvedischen Mahlzeiten geniessen und je nach Saison die grossen Kreuzfahrt-Schiffe beobachten, die gemächlich vorbeiziehen. Vielleicht haben Sie sogar Glück und entdecken Delphine, die in den Wellen spielen.

Gästezimmer

Die gemütlich in einem modernen Stil eingerichteten Zimmer verfügen über TV und Air-condition/Heizung. Alle Gästezimmer sind Richtung Süden ausgerichtet; auf dem Balkon oder der Terrasse können Sie entspannen und die Ayurveda- Behandlungen nachwirken lassen und dabei den herrlichen Ausblick über den Garten und das Meer geniessen.

Ausflüge

Die Gäste des Alpino Atlanticos können alle Infrastrukturen der anderen Galo-Hotels mitbenützen: Schwimmbad, Badebucht mit Süss- und Salzwasser-Pool, Fitnesscenter und Hallenbad. Gegen Aufpreis: Tauchschule mit Unterwasser-Naturschutzgebiet, geführte Wanderungen, Mountainbike-Miete, Ashoka-Spa und Coiffeur.

Ökologisches Engagement

Die Galo Resort Hotels verfügen über ein umfangreiches Umwelt- und Nachhaltigkeitsprogramm mit Travelife Gold und Eco-Hotels Zertifizierung.

Ayurveda-Kur

Ambiente

Das Hotel Alpino Atlantico gehört zu den SentidoGalo Resorts; die anderen zu dieser Gruppe gehörenden Hotels, Galosol und Galomar sind nur einen kurzen Spaziergang entfernt. Das Alpino Atlantico ist ein kleines Hotel, ein „Refugio“ speziell für Gäste, die Ruhe und Erholung suchen sowie Ayurveda-Behandlungen mit der umfassenden Ayurveda-Philosophie kennenlernen und am eigenen Körper erfahren möchten. Die Gäste haben sowohl die Möglichkeit Relax-Kuren, als auch intensive Panchakarma- Kuren zu buchen. Letzteres ist jedoch nur ab einem Aufenthalt von mindestens 14 Übernachtungen möglich.

Ayurveda

Das Ashoka-Ayurveda-Kurzentrum im Hotel Alpino Atlantico wurde 2007 von Birgit Moukom gegründet. Auf Madeira hat sie ihren Traum verwirklicht - ein Ayurveda-Kurzentrum in Europa. Eine Verbindung von authentischem Ayurveda mit westlichem Qualitätsstandards. Jeder Kur-Gast erhält nach der Eingangs-Anamnese ein auf seine Bedürfnisse abgestimmtes Kurpaket. Ayurveda-Behandlungen werden kombiniert mit moderner Ganzheitsmedizin, Akupunktur und Reiki. Die Kurgäste werden von einem gut ausgebildeten und engagierten Therapeuten-Team inklusive Ayurveda-Arzt liebevoll umsorgt. Alle Mitarbeitenden sind bestrebt, dass die Gäste mit einem verbesserten Wohlbefinden sowie wiedergewonnener Vitalität und Kraft für die Herausforderungen des Alltags nach Hause reisen können.

Yoga während der Ayurveda-Kur

Ayurveda, die Wissenschaft vom langen und gesunden Leben, beinhaltet sehr viele Tipps zum gesunden Leben. Einer davon ist auch das regelmässige Üben der Yogastellungen. Das Ziel der in den Ayurveda-Resorts angebotenen Yogalektionen ist, die Gäste zu motivieren, auch nach der Ayurveda-Kur regelmässig Yoga zu üben.

Stärken des Alpino Atlantico

Das Ayurveda-Kur-Konzept im Alpino Atlantico ist einfach genial! Ayurveda kommt zwar ursprünglich aus Indien, aber im Hotel Alpino Atlantico werden die Grundprinzipien genau gleich angewendet wie im Herkunftsland und mit kreativen Ideen an die europäischen Verhältnisse angepasst.

Besonderes

Es besteht die Möglichkeit, für die Gespräche mit dem Ayurveda-Arzt einen deutsch sprechenden Übersetzer zu engagieren. Dieser Service muss mit der Buchung vorbestellt werden.

Preise

Leistungen & Kosten Alpino Atlantico

Preise pro Person ab/bis Zürich in CHF / für Relax-Kur

Die Zuschläge für die anderen Kuren befinden sich unter der Preistabelle

7 Nächte / 6 Behandlungstage

Saisonzeiten	01.05.21 - 31.10.21	01.11.21 - 30.04.22
Doppelzimmer		
Double Room	CHF 1'890.-	CHF 2'280.-
Suite	CHF 2'130.-	CHF 2'590.-
Einzelzimmer		
Double Room Single use	CHF 2'170.-	CHF 2'610.-
Suite	CHF 2'580.-	CHF 3'130.-
14 Nächte / 13 Behandlungstage		
Saisonzeiten	01.05.21 - 31.10.21	01.11.21 - 30.04.22
Doppelzimmer		
Double Room	CHF 3'240.-	CHF 4'020.-
Suite	CHF 3'750.-	CHF 4'640.-
Einzelzimmer		
Double Room Single use	CHF 3'800.-	CHF 4'650.-

14 Nächte / 13 Behandlungstage

Saisonzeiten	01.05.21 - 31.10.21	01.11.21 - 30.04.22
---------------------	---------------------	---------------------

Suite	CHF 4'610.-	CHF 5'690.-
-------	-------------	-------------

Zuschläge

Flugzuschläge für kurzfristige Buchungen / Hochsaison	auf Anfrage
Zuschlag Hotel 23.12.2021 - 08.01.2022 und 11.04.-23.04.2022	auf Anfrage
Zuschlag 13 Tage Gewichtsmanagement-Kur	CHF 820.-
Zuschlag für 13 Tage Immunabwehr-Kur bis 31.10.2021	CHF 1'020.-
Zuschlag für 13 Tage Immunabwehr-Kur ab 01.11.2021	CHF 740.-
Zuschlag für 13 Tage Panchakarma-Kur bis 31.10.2021	CHF 1'330.-
Zuschlag für 13 Tage Panchakarma-Kur ab 01.11.2021	CHF 1'080.-
Zuschlag für 13 Tage Stärkungs-Kur bis 31.10.2021	CHF 1'830.-
Zuschlag für 13 Tage Stärkungs-Kur ab 01.11.2021	CHF 1'490.-
Zuschlag Weihnachten pro Person	CHF 65.-
Zuschlag Silvester Neujahr pro Person	CHF 125.-
Zuschlag Ostern pro Person	CHF 50.-
Zuschlag für 13 Tage Kalari-Kur	CHF 1'170.-

Im Alpino Atlantico werden auch Yoga-Programme angeboten, ohne Ayurveda-Kur. Bitte beachten Sie dazu das Yoga-Angebot in der Rubrik Yoga-Reisen.

Im Preis inbegriffen

- Rabatt Gutschein von Transa
- Direktflug mit Swiss/Edelweiss Air von Zürich nach Madeira und retour
- Alle Flughafen- und Sicherheitstaxen sowie die Treibstoffzuschläge

- myclimate Beitrag zum Klimaschutz
- Transfer vom Flughafen zum Hotel und retour
- Unterbringung gemäss Ihrer Buchung
- Ayurvedisch- vegetarische Vollpension
- Relax-Kur (= Entspannungs-Schnupper-Ayurveda-Kur) = Preis in Preistabelle oder Panchakarma-Kur (Zuschlag) oder Stärkungs-Kur (Zuschlag) oder Gewicht-Management-Kur (Zuschlag) oder Immunabwehr-Kur (Zuschlag) oder Kalari-Kur (Zuschlag)
- Yoga
- Betreuung vor Ort
- Informationsmaterial
- Broschüre "Informationen zu Ayurveda-Kuren"

Inbegriffen im Relax-Programm: täglich Gruppen Yoga-Lektionen, 3 x wöchentlich Gruppen-Meditations-Lektionen, kurze erste Konsultation mit dem Ayurveda-Arzt, 1 x Ayurveda-Kochkurs, 1 x Ernährungsberatung, 1 Ayurveda-Behandlung pro Tag (keine Behandlung am Anreise und Abreisetag)

Inbegriffen im Gewicht-Management-Programm: täglich Gruppen Yoga-Lektionen, 3 x wöchentlich Gruppen-Meditations-Lektionen, kurze erste Konsultation mit dem Ayurveda-Arzt, 1 x Ayurveda-Kochkurs, 1 x Ernährungsberatung, 1 Ayurveda-Behandlung pro Tag, 4 x Personal Training im Fitnessraum (keine Behandlung am Anreise und Abreisetag)

Inbegriffen im Immunabwehr-Abwehr-Programm: täglich Gruppen Yoga-Lektionen, erste Konsultation mit dem Ayurveda-Arzt, tägliche Konsultation beim Ayurveda-Arzt 1 x Ayurveda-Kochkurs, 1 x Ernährungsberatung, 1 x Meditation im Wald, 1 Ayurveda-Behandlungen pro Tag, inklusive Reinigung-Behandlung des Atemtrakts (keine Behandlung am Anreise und Abreisetag)

Inbegriffen im Panchakarma-Kur-Programm: täglich Gruppen Yoga-Lektionen, 3 x wöchentlich Gruppen-Meditations-Lektionen, erste Konsultation mit dem Ayurveda-Arzt, tägliche Konsultation beim Ayurveda-Arzt, 1 x Ayurveda-Kochkurs, 1 x Ernährungsberatung, 2 Ayurveda-Behandlungen pro Tag, inklusive Panchakarma-Treatments (keine Behandlung am Anreise und Abreisetag)

Inbegriffen im Stärkungs-Kur-Programm: täglich Gruppen Yoga-Lektionen, 3 x wöchentlich Gruppen-Meditations-Lektionen, erste Konsultation mit dem Ayurveda-Arzt, tägliche Konsultation beim Ayurveda-Arzt, 1 x Ayurveda-Kochkurs, 1 x Ernährungsberatung, 2 Ayurveda-Behandlungen pro Tag, inklusive Panchakarma-Treatments 6 x "Special-Treatments" Energiearbeit/Yogatherapie (keine Behandlung am Anreise und Abreisetag)

Inbegriffen im Kalari- Kur-Programm: täglich Gruppen Yoga-Lektionen, 3 x wöchentlich Gruppen-Meditations-Lektionen, erste Konsultation mit dem Ayurveda-Arzt, 1 x Kochkurs, 1 x Ernährungsberatung, 1 Kalari Behandlung pro Tag (keine Behandlung am Anreise und Abreisetag)

Im Preis nicht inbegriffen

- Persönliche Ausgaben
- Kurtaxe von Euro 1.- pro Tag und Person. Diese Taxe muss direkt im Hotel bezahlt werden.

Hinweis

Preistabelle

Die Preise in der Preistabelle sind circa Preise. Bedingt durch die Corona-Pandemie variieren die Flugpreise sehr stark. Gerne erstellen wir Ihnen eine individuelle Offerte. Bitte geben Sie uns dazu Ihre genauen Reisedaten an.

Auskunft und Beratung

Franziska Holliger

Brigitte Streit

Telefon: 031 318 48 58

E-Mail: info@ayurveda-team.ch