

Somatheeram Health Resort

Beach Resort



Impressionen

Das Somatheeram Health Resort mit seinen nebenliegenden Schwesterhotels Somatheeram Beach Resort und Manaltheeram ist eine der ältesten Anlagen ayurvedischer Zunft in Indien. Eine halbe Autostunde vom internationalen Flughafen Trivandrum entfernt, schmiegt sich die weitläufige Anlage an einen mit Palmen bewachsenen Hang entlang der Malabar-Küste. Das große Areal beherbergt eine Vielzahl tropischer Pflanzen und erinnert – entfernt – an eine Klinik.

Wohnen

Gewohnt wird im Somatheeram, je nach gebuchter Kategorie, in zumeist einfachen Unterkünften. Die Ordinary Cottages sind kerala-landestypische Häuser mit Dusche, Ventilator und Terrasse. Die Special Cottages verfügen über die gleiche Ausstattung, sind jedoch im weiteren Sinne meergerichtet. »Kerala Ordinary Houses« beinhalten eine Unterbringung in einem der Kerala-Häuser mit mehreren Wohneinheiten (sehr schön ausgestattet mit entsprechendem Platzangebot). Die Kerala-Deluxe Häuser sind wiederum fast meerseitig ausgerichtet und größer als die »Ordinaries« und die Siddharta-Suite ist ein kleiner Wohnraum für Liebhaber gepflegter, offener Innenarchitektur. Allen Unterbringungsformen ist eines gemein: auf überflüssigen Luxus wird bei allen verzichtet. Zwei Restaurants sorgen für die behandlungsbedingte Ernährung.

Gesundheit

Das Angebot an ayurvedischen Behandlungen ist sehr vielseitig. Ein geschultes und erfahrenes Ärzteteam (3) sowie 56 Therapeuten sorgen in über 20 Behandlungsräumen für einen optimalen Kurablauf. Gegenstand der angebotenen Ayurveda-Purification-Kuren sind neben anderen Anwendungen alle Detoxifikationselemente des klassischen Panchakarma. Nach eingehender Anamnese wird der jeweilige körperliche Konstitutionstyp determiniert und im Rahmen der Kur werden spezielle Ernährungsrichtlinien erläutert. Diese werden sowohl dem Gast wie auch dem Restaurant übermittelt, um eine kurunterstützende Speisenfolge zu sichern. Ergänzt werden die Behandlungen durch Yoga-Asanas.

Freizeit

Vom Somatheeram werden regelmäßig Touren organisiert, wie z. B. Hausbootfahrten in den Backwaters oder aber Trips nach Trivandrum mit alten, kolonialen Pflanzeclubs und guten Shopping-Möglichkeiten.