



Kerala con possibilità di estensione «Esperienza Ayurveda»

PARTENZE INDIVIDUALI



1° Giorno - ARRIVO A COCHIN

Arrivo a Cochin, trasferimento in hotel, sistemazione nelle camere, tempo a disposizione per il riposo. Pranzo in hotel. Pomeriggio dedicato alla visita della città. Cochin, città estremamente affascinante, per la grande ricchezza della sua storia e la magnifica posizione geografica, su un gruppo di isolette che si allungano nell'oceano. La città, occupata dai Portoghesi, poi dagli Olandesi mantiene inalterata una caratteristica architettura "multiet/cinquenica". Si potranno visitare, tra gli altri, Fort Cochin, la St Francis Church, il Palazzo di Mattancherry. Pranzo in corso di visite. Cena spettacolo di danze Khatkati. Pernottamento.

2° Giorno - COCHIN - PERIYAR (Km. 140)

Prima colazione in hotel. Al mattino partenza per Periyar, caratteristica cittadina situata al centro di un Parco Naturale dove si possono avvistare diverse specie di uccelli acquatici locali e migratori (tra i quali le cicogne siberiane). Arrivo, sistemazione in hotel. Nel pomeriggio, minicrociera in battello sul selvaggio Lago Periyar per un interessantissimo "birdwatching". Ci sarà l'opportunità di avvistare e fotografare coloratissimi uccelli e altri animali. Proseguimento con le visite della giungla tropicale, dove tra piante di tè e di spezie, con un po' di fortuna, si potranno ammirare elefanti, daini e scimmie. Cena e pernottamento.

3° Giorno - PERIYAR - KUMARAKOM (Km. 140)

Prima colazione in hotel e partenza per Kumarakom. Arrivo, sistemazione in hotel. Nel pomeriggio tempo a disposizione a Kumarakom, cittadina situata nei pressi del Lago Vempanad Kumarakom è anche una riserva ornitologica. Cena e pernottamento.

4° Giorno - KUMARAKOM - ALLEPPEY - KUMARAKOM (Km. 30)

Prima colazione in hotel e partenza per Alleppey. Nel pomeriggio, escursione in barca attraverso i bellissimi canali nel paradiso naturalistico delle Backwater, costeggiate da palmeti, lagune, laghetti pittoreschi e risaie. Al termine partenza in pullman per Kumarakom. Cena e pernottamento.

5° Giorno - KUMARAKOM - KOVALAM (Km. 240)

Prima colazione in hotel e partenza per Kovalam. Arrivo in hotel, sistemazione nelle camere riservate. Cena e pernottamento.

6° Giorno - KOVALAM

Prima colazione in hotel. Giorno per relax. Cena e pernottamento.

7° Giorno - TRIVANDRUM - PARTENZA

Trasferimento in aeroporto e fine dei nostri servizi.



>>SOLO SERVIZI A TERRA<<

ALBERGHI: Quattro/cinque stelle (class. locale)

PASTI COME DA PROGRAMMA

PARTENZE LIBERE: (escluso Capodanno)

	gennaio/marzo	aprile/settemb.	ottobre/dicemb.
cat. 4 ★	1.260	1.160	1.280
cat. 5 ★	2.300	1.950	2.400

Supplementi:

Visto indiano (non urgente)	60
Spese di servizio (da pagare in loco)	35
Iscrizione	50

Camera singola (salvo disp. locale):

	gennaio/marzo	aprile/settemb.	ottobre/dicemb.
cat. 4 ★	360	310	380
cat. 5 ★	1.100	790	1.150

Assicurazione obbligatoria garanzia medico, bagaglio, annullamento (vedi polizza All Risk "Vacanza Serena" premio 4,5%) oppure polizza di altra compagnia scelta autonomamente.

minimo 2 partecipanti

Assistenza di **Guide locali**
per le visite previste dal programma

ESTENSIONE ESPERIENZA AYURVEDA

	gennaio/marzo	aprile/settemb.	ottobre/dicemb.
	1.630	1.290	1.720
Camera singola (salvo disp. locale):	960	680	1.030

ESTENSIONE "ESPERIENZA AYURVEDA"

Dal 6° Giorno al 12° Giorno - KOVALAM

Prima colazione in hotel. Giornate dedicate all'esperienza Ayurveda. Pasti e pernottamento.

13° Giorno - TRIVANDRUM - PARTENZA

Trasferimento in aeroporto e fine dei nostri servizi.

IL PACCHETTO AYURVEDA INCLUDE:

- Sistemazione in **Ayurvedic Resort** (Somatheeram, Manaltheeram, Ayur Soma)
- Trattamenti Ayurvedici ringiovanenti giornalieri
- Pensione completa vegetariana ayurvedica
- Visita medica iniziale, giornaliera e finale
- Farmaci gratuiti durante il periodo di trattamento
- Composizione di un menu dietetico ayurvedico individuale

Servizi forniti gratuitamente con la prenotazione del pacchetto:

- Una sessione giornaliera di Yoga e Meditazione
- Trasferimento dall'aeroporto di Trivandrum (per soggiorni di almeno 7 notti)
- Interpreti di tedesco, italiano, francese e russo
- Tradizionale benvenuto all'arrivo
- Una sessione settimanale di lezione dimostrativa di cucina ayurvedica
- Una sessione settimanale di lezione teorica di Ayurveda.

