

Detox Trip★

インド旅

YOGA & Ayurveda Detox Trip in Rishikesh

日程：2015 **9/23~9/30** 8日間

宿泊：TRILOK AYURVEDA <http://trilokayurveda.com/>

参加費：25万円（宿泊、航空券、食事を含む）

※インドビザ取得が必要・関空追加料金有

締め切り 8/15

先着 20名

(入金者優先させていただきます。)

Special



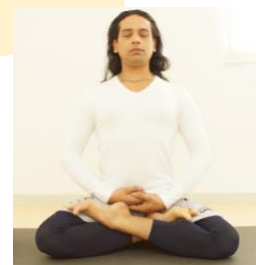
アーユルヴェーダド
クターカウンセリング
による改善トリ
ートメント
3回以上（通訳付）



グルジ&リシュケシ
ュ僧侶による特別
YOGA クラス・サッ
トサンガ・アラティ
ー・スピリチュアル
スポットで瞑想体験



ドクターの特別保養
所にて、朝昼晩3食
アーユルヴェーダ式
食事付



7泊8日 インドデトックスツアー

HP //yoganiigata.jp



日程	交通	スケジュール	食事	宿泊地
23	水	成田・関西発/デリー着 エアインディア11:30/16:50(予定) ホテルまでタクシー	朝 × 昼 機内 夜 ×	デリー
24	木	デリー/デラドゥン アーユルヴェーダDカウンセリング サットサンガbyスワミジ	朝 ○ 昼 ○ 夜 ○	リシュケシュ
25	金	6:00-7:30 アーユルヴェーダライフスタイル実践 7:30-8:30 Hatah YOGAとプラナヤマ 10:30-13:30 アーユルヴェーダトリートメント 15:00-17:00 シバナダアシュラム体験 17:00-20:00 アラティールと聖人に逢う	朝 ○ 昼 ○ 夜 ○	リシュケシュ
26	土	6:00-7:30 アーユルヴェーダライフスタイル実践 7:30-8:30 RajaYOGA&メディテーション 10:30-13:30 アーユルヴェーダトリートメント 15:00-19:30 瞑想スポット 観光とサットサンガ	朝 ○ 昼 ○ 夜 ○外	リシュケシュ
27	日	6:00-7:30 アーユルヴェーダライフスタイル実践 7:30-8:30 Kundalini YOGAでエナジーUP 10:30-13:30 アーユルヴェーダトリートメント 15:00-19:30 ナショナルパーク観光 19:30-20:30 サットサンガ	朝 ○ 昼 ○ 夜 ○	リシュケシュ
28	月	6:00-7:30 アーユルヴェーダライフスタイル実践 7:30-8:30 Hathaフローの練習でナディーの浄化 10:30-13:30 アーユルヴェーダトリートメント 15:00-19:30 リシュケシュマーケットショッピング 19:30-20:30 サットサンガ	朝 ○ 昼 ○ 夜 ○	リシュケシュ
29	火	バス 7:00-9:00 カルマ浄化のためのHavan デリー/成田・関西着 エアインディア 21:15/8:45(9/30)	朝 ○ 昼 × 夜 機内	機内泊
30	水	8:45日本着 未定		



アーユルヴェーダ保養所からの風景



インドで YOGA 三昧



アーユルヴェーダ料理でデトックス

この旅で得ること

ヨガライフのための大切な旅になります。

本場インドで実践し、日本でも練習できるよう8日間デトックスと癒し、浄化をしていきましょう。ドクターからのカウンセリングで、昔から気になる問題からこれから起こるかもしれない問題も改善します。またスワミジ（僧侶）からの学びや聖人からの祝福がもらえるでしょう。

ガンジス川のように神聖で、ヒマラヤの様な高い意識を感じることができる旅になるでしょう。

企画：YOGA SPAyogayuH 株式会社 スカイエフワールド



お問い合わせ：090.8613.6005（インドトリップ担当：鈴木）

Mail mai.yogaspa@gmail.com

お問い合わせ後に、申込用紙のご提出と一緒に内金5万円をお願いいたします。

インドビザ申請のお手伝いいたします。