

Ayurveda Leitung



Dr. Shubhangee Satam, fondly known as "Shubi" is a M.D in Ayurvedic medicine, from India, with a specialization in Ayurvedic Botanicals. After studying for 8 and 1/2 years Ayurvedic medicine, she has around 27 years of herbal industry experience in addition to her clinical experience for around 30 years. She has worked for the leading Ayurvedic companies in India for the International market, and also in the field of Nutraceuticals for an UK Based Pharmaceuticals. She is currently working as an Independent Consultant to the Indian and global Herbal / Ayurvedic / Nutraceutical Industry. She extensively travels globally to conduct lectures / workshops and for consultations. She has to her credit several articles related to Ayurveda and Health published in National and International magazines.

Sabina leitet eine kleine Gruppe von 10 Personen



Die Reise (außer Flüge) ist beim Yoga Haus zu buchen, da es nur 12 Plätze gibt. Wir bitten per Email: info@dasyogahaus.at oder telefonisch: 0043 664 4935387

Vortreffen am Samstag 25. April um 13.00 Uhr
(danach Yogaworkshop bei Margareta)



AYURVEDA & YOGA RETREAT IN ASHIYANA ZENTRUM CATALUNYA, SPAIN



12. November bis
22. November 2026
mit Sabina Sellers

Ayurveda Regeneration, Detox und Yoga Angebot

- November ist ideal den Körper von der Sommerzeit auf den Winter vorzubereiten. Das Immunsystem und besonders der Geist wird durch ein Detox gestärkt.
- Dieses Retreatzentrum wird **exklusiv** für uns zur Verfügung stehen. Es gibt nur 10 Zimmer und maximal 10-12 Personen können daran teilnehmen.
- Wichtige Begleitung zu dieser Detox Kur ist tägliches Iyengar Yoga mit Sabina. Dr. Shubi ist unsere ayurvedische Ärztin, die uns vollzeitlich durch die Kur begleiten wird.
- Dr. Shubi bringt zwei Kolleginnen (ausgebildete ayurvedische Therapeutinnen) mit, die uns täglich behandeln.
- Dr Shubi wird persönliche Konsultationen mit jedem individuell führen und inspirierende Vorträge geben.
- Unser Retreat Koch ist schon bei Dr. Shubi eingeschult um uns leckeres ayurvedisches Essen 3x täglich vorzubereiten.
- Bei Schönwetter steht ein Privatpool oder Natursee zur Verfügung.
- Zwischen Yoga und Ayurveda besteht die Möglichkeit in der Natur zu spazieren.

Ablauf und Preise pro Person

Ayurveda- und Yogapauschale

(inkludiert: Vortreffen, 10 Yoga Einheiten à 90 Minuten, 9 Behandlungen, vollzeitige ärztliche Begleitung, Organisatorische Information, Vorträge vor Ort) € 1650,-

Unterkunft inklusive 3 Mahlzeiten:

Doppelzimmer: € 143,- / Person und Tag

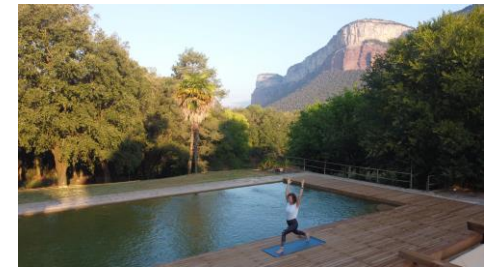
Doppelzimmer mit Einzelbelegung:
€ 187,- / Person und Tag

Gemeinsam bietet unser ayurvedisches Team verschiedene Behandlungsmöglichkeiten: Abhyanga, Pinda Sweda, Nadi Sweda, Eye Care Therapien, Kati & Janu Basti, Pulvermassagen, mildes Virechana (Ausleitung), usw.

EXTRAS:

- * Flug nach Barcelona
- * Transfer von/bis Flughafen (90 min)

Ashiyana Yoga Retreat



Das Yoga-Retreat liegt am Rande zahlreicher Nationalparks und bietet vielfältige Möglichkeiten für Aktivitäten. Es befindet sich in einem liebevoll renovierten Hotel und verbindet Erholung mit der kulturellen Vielfalt der Region. In der Nähe befindet sich die historische Stadt Vic mit bedeutenden Sehenswürdigkeiten, lokaler Gastronomie und einem reichen kulturellen Erbe.

<https://ashiyana.com/spain/>

