



Ayurveda Sarovaram

"At lande hos Sarovaram var at lande i et lille paradises have. Omgivet af skøn natur ud til Astamudi Lake, var vi vidne til et rigt dyreliv og de smukkeste solopgange. De huse vi havde værelser i, var bygget og indrettet i den smukke gamle Kerela stil, det var udsøgt og alle værelser havde egen terrasse med udsigt over have og sø.. Vidunderlig aurvedisk mad serveret 3 gange om dagen i den hyggelige restaurant, foruden te to gange om dagen på egen terrasse. Hver morgen 1, 5 times yoga i den smukke have mens solen stod op. Det var så dejligt og anderledes end med dansk yoga lærer, sjovt at prøve og skønt med intens daglig praksis.

Dr Kiran var dagligt omkring os og intet undgik hans observation, jeg havde hele tiden en oplevelse af at være i de kyndigste hænder. Alt personalet var fantastisk dygtige, og så omsorgsfulde. Det var tydeligt at det desuden var en god arbejdsplads, hvor alle virkede meget glade for at være. Jeg kunne ikke være havnet et bedre sted." *(Helene/508696) – Februar 2019*



Ayurveda Sarovaram

"Det var en meget ansvarsfuld og omsorgsfuld behandling. Dr. Kijan tog hver dag en snak med os hver især, hvor han efterfølgende regulerede behandlingen efter hvordan vi havde det. Søde og omsorgsfulde folk - massører, rengøringspersonale, tjenerne, havefolk, kok - og da det er et meget lille sted bliver man hurtigt "en del af familien". Har kun godt at sige.

Jeg har været hos Sarovaram som er en perle, med skønne hytter med verandaer, stilhed, skønhed, afslappelse og forkælelse. Det er et sted med tid og rum til stilhed og introspektion. Det har været en fantastisk oplevelse." *(Tone/508656) – Januar 2019*



Ayurveda Our Land feb 2017

"Ourland – ren balsam for sjælen !

Jeg var februar 2017 på et 3-ugers ophold på Ourland i Sydindien. Det var en fantastisk oplevelse, hvor jeg fik mulighed for at tanke al den energi op, som jeg ikke havde da jeg kom. Med kun 6 bungalows og en husbåd er det et skønt lille sted, hvor den enkelte gæst er i fokus og kan få præcis, hvad man ønsker; Ourlands personale er en historie for sig! Allesammen så opmærksomme og imødekommende! Morgentheen kom af sig selv lige

efter daggry, friske blomster blev plukket og sat i vand som en velkomst til dagen, morgenmad, frokost og aftensmad serveret som jeg ønskede det – alene eller sammen med andre, kano og gåtur arrangeret efter behov og min bungalow holdt helt fantastisk ren. Selv myggene på min terrasse blev dagligt røget væk med en særlig røgelse.

Med i mit ophold var der daglig Ayurveda behandling, der gerne tog et par timer. Den blev skræddersyet af Ourlands Ayurvedalæge lige efter jeg kom og udført af en erfaren massør. Det var en meget stor og virkningsfuld oplevelse.

Behandlingerne blev ansvarsfuldt tilrettelagt, så jeg hele tiden fik det der passede til hvordan jeg havde det og tog imod det forskellige.

Grace Tours havde arrangeret opholdet og orienteret om både stedet og behandlingerne på forhånd, så jeg var velforberedt, men kan kun sige at den virkelige oplevelse var langt bedre end forventet.

Tak for det." *Lisbeth*



Ayurveda Sarovaram

Tanja Gregersen var på ayurveda ophold hos Sarovaram og har skrevet denne blog om sit ophold:

[Ayurveda Sarovaram](#)



SAROVARAM FEEDBACK

februar 2015

De er alle super professionelle lige fra havefolkene og rengøringen over køkkenet til behandlerne og Dr. Kiran. Alle møder dig med et smil og hvis du gengælder det smil og hilser, ja så har du en stor plads i deres hjerter. Behandlerne tager alle med storm og alle de gæster, der var der på samme tid som jeg, var fuldstændig overbevist om, at deres behandler var den bedste... mig selv inklusiv.

Min behandling levede mere end op til min forventning. Du husker måske nok at jeg siden juni sidste år har været plaget af inflammation i en slimsæk i højre skulder. Så havde jeg det med min snorken.

Toppen af min tendens til at være bekymret. Altså noget i øst og noget i vest men jeg blev taget alvorligt hele vejen, selvom Dr. Kiran ikke kunne forstå, at jeg syntes at snorken var et problem; det gjorde han da selv? Sød, synes jeg.

Jeg er kommet hjem smertefri med en skulder der virker, som den skal. Fra nu af skal jeg så bare lave de øvelser der blev aftalt, så de muskler der nu i syv måneder har været spændt op kan komme i gang igen. Min snorken er også væk og jeg er blevet mere lattermild end før og tager ikke livet helt så alvorligt. Halvdelen af dette kan jo være placebo men det er jeg så ligeglad med, for det virkede.

J Nielsen (507231)



Ayurveda Sarovaram

Vi har haft et meget skønt ophold på Sarovaram. Jeg kan varmt anbefale stedet til mennesker, der gerne vil have et afstressende ayurvedisk behandlingsophold. Vi var lidt uheldige at lande sammen med en gruppe irriterende polakker, der brokkede sig meget, fordi de var så skuffede over at de ikke var på et ferieresort, det var ærgerligt.

Til bl a stress og udbrændthed og til forskellige former for muskel- og gigtgener, kan jeg meget anbefale stedet, men man skal jo gå 'all in' og have tillid til stedet ! Og så skal man selv tage ansvar og arbejde med. Det var en hjælp at læse din introduktion til os som førstegangs- ayurvedikere.

Jeg håber bestemt på at tage tilbage en anden gang, og jeg havde nogle fine samtaler med min ayurvediske kollega.

Mange hilsner Tove (507025)



Ayurveda Our Land

Jeg er lykkelig...

Rejsebrev fra Indien, Our Lands.

"Dont leave any foods on the table during the night, because of the vampires!" – Velkommen til Our Lands.

Peter, min rejsefælle oversætter for mig, det er pga flagermus. Vampires er klart mere spændende. Vi bliver sejlet over til Our Lands, som ligger på en ø midt i det enorme Backwaters i Kerala, Indien. Vi ankommer i en kano som mest af alt ligner en udhulet træstamme. To indere padler. Den forreste, Ratheesh, er den yngste og han er en god guide. Han taler flydende engelsk og har en stor viden om lokale planter og fugle.

Jeg vil blot lige sige dig/ jer tak for at have arrangeret en fantastisk tur for mig til Indien.



Ayurveda Our Land

Jeg er just hjemkommet totalt opdateret fysisk og psykisk – masser af fantastiske oplevelser har fyldt mig.

Kovalam – Vanilla County – Our Land (som nu er blevet til " My Land")

Jeg er bare så glad.

Alt var perfekt tilrettelagt, Fly – Unni – drivere – værtsfolk – manager – personale – møde med gamle venner.. m.m. ALT fungerede perfekt... Tak !

Ville blot give dig en feed-back som arrangør – får 6 ***** stjerner ud af 6

Mange hilsner

Else (505343)