



Vi er lige kommet hjem efter vores 3 ugers ophold hos dr. Unni.

Vi er yderst tilfredse med opholdet på Prittwi behandlingssted, og vil sige tak til jer for den gode planlægning inden afrejsen, vi syntes at vi har været meget velinformeret hele tiden.

Nu gælder det om at fortsætte de gode vaner vi har fået, selvom temperaturen udenfor er noget lavere, og en longi som påklædning ikke længere er nok ;o)

Mange hilsener Susanne & Peter (509566) – Februar 2023



”Jeg fik de mest fantastiske behandlinger præcis rettet mod min migræne. Lægerne var meget dygtige, lyttende og jeg følte hele tiden jeg var i meget trygge hænder. Behandlerne var utrolig søde og kærlige og jeg følte mig som et lille elsket barn deres hænder. Vi grinede også en del sammen.

Den rejse har været det bedste jeg i mit liv har gjort for mig selv. Jeg blev ikke lovet helbredelse for min livslange migræne, men forhåbentlig en reduktion i anfald. Jeg fik fantastisk behandling og gode råd om, hvordan jeg fremover kan forebygge bl.a ved regulering af min kost til mere basisk mad. Jeg rejste derfra med en dyb ro i sjæl og krop.

Nu har jeg været hjemme i 3 uger indtil videre uden migræne. Det er første gang i mit 60årige liv jeg ikke har haft hovedpine 20 dage i træk. Det er en fantastisk gave og jeg har lovet mig selv at rejse til Kerala og få behandlinger hvert år, så længe jeg kan.”

*(Jette/508541) – Februar 2019*



”Efter et vanvittigt efterår med flytning, ombygning og langvarig sygdom var opholdet i Kovalam som en ren genfødsel. Efter de første to dage var vand i ben og smerter i knæ væk.”

*(Susanne/508591) – Februar 2019*



”Behandlingerne og Dr. Unnis klinik, er fremragende, det tog mig 10 dage at komme ind i det hele og lære at slappe helt af. Grace Tours papirer om ayurvedisk behandling var en hjælp, for en førstegangs besøgende.”

*(Marianne/508608) – Januar 2019*



”Yoga var super godt – meget sød, behagelig og dygtig yogalærer. Det var de bedste behandlinger jeg har fået (været i Indien 3 gange før). Det er super positivt at det er det samme team terapeuter du ser hver dag. Hele den daglige ’procedure’ lige fra vejning, til du fik udleveret din medicin var helt i top. Al personalet på klinikken var altid søde, hjælpsomme og imødekommende.”  
(*Ida/508514*) – Januar 2019



”I det hele taget er det et meget seriøst og fokuseret set up, hvor du føler, at der er individuel attention. Ikke mange forklaringer, men det må man vende sig til. Og hvis du spørger får du et specifikt svar, men heller ikke mere.

Tak for turen. Vi er overbeviste om at vi vender tilbage – måske til noget andet også – men helt sikkert også til Unni.”

(*Henrik/508514*) – Januar 2019



”I det jeg går ned af trappen til verandaen hvor dagens behandling starter går det op for mig at jeg fuldstændig har overgivet mig til behandlingen og trygt lægger min krop i terapeuternes hænder (og fødder). Jeg er fuld af tillid til den valgte behandling og til terapeuternes kunnen. Alt er velfungerende og vel tilrette lagt.

Behandlingen i dag består af følgende: Siddende på en lille skammel får jeg olie massage af hovedbund, nakke, skuldre og ryg.

Derefter lægger jeg mig på maven på en måtte på gulvet og får helkropsmassage med terapeutens fødder. Hun holder fast i et reb der er opspændt mellem væggene, så hun kan dosere føddernes tryk på kroppen. Efter grundigt at have masseret for og bagside, arme, skuldre, ben og fødder, masserer hun mit ansigt og min hovedbund siddende ovenfor mig.

Derefter siger hun farvel og lidt efter kommer en af co terapeuterne og henter mig ind i det tilstødende lokale. Her står en smuk træbriks som er formet som et kar. Her får jeg urtepulver massage udført synkront af de to co terapeuter. Det er meget behageligt og føles trygt og afspændende. Derefter bliver jeg ”vandet” i urtevand som opvarmes over et lille gasblus i hjørnet af rummet.

Behandlingen afsluttes med shirodhara. En lerkrukke med hul i bunden er ophængt i et stativ over mit hoved fyldt med varmt urtevand. En af terapeuterne flytter langsomt krukken frem og tilbage over min pande så vandet langsomt løber ned over panden og ned i min hovedbund. Dette er meget behageligt og jeg falder fuldstændig til ro og næsten i søvn ... Behandlingen efterfølges af medicin udlevering.

Efterhånden som dagene går ændres behandlingen og det føles som om jeg vågner mere og mere op indeni og at min krop bliver blød og levende.”

(*Bolette/508480*) – Januar 2019



”Mit ophold i Sydindien foregik i et tempo, som tillod, at min sjæl nåede at indhente mit sind. Og ikke mindst blev min krop kalibreret ind i et mere naturligt flow af væren. I to uger gik jeg rundt i en klud, som kærlige kvinder svøbte mig i, og jeg lavede praktisk taget intet andet end at tage imod omsorg på tusind måder. Hvilket var præcis hvorfor jeg var taget afsted til Dr. Unni og hans ayurvediske klinik. For at blive taget af. For at slippe holdtheden. For at forvandle mig til at være en rendyrket modtager og opleve, hvad det kunne gøre for min både min fysiske og psykiske tilstand.

Medmenneskelighed var det, der bandt sløjfen på den magi, som opholdet gav mig, og som fik både mine fysiske og mentale skuldre ned i åndehøjde, så jeg kunne læne mig ind i livet med en ny ro og et større overskud.”

*Emilia van Hauen – Juli 2018*



”Yoga: Det var fantastisk. Jeg fik enetimer da jeg var eneste gæst på hotellet. Bruger stadig mange af øvelserne hver dag.

Behandlingerne: De hjalp mig med et problem som det danske sundhedsvæsen ikke kunne! Er dybt taknemmelig for behandling, dygtige og omsorgsfulde læger. Personalet på hotellet var fantastiske. Opfyldte mit mindste ønske og var altid smilende og imødekommende

En helt igennem sublim oplevelse fra den dag jeg talte med Grace Tours første gang, til jeg var hjemme igen. Følte mig tryk og rolig, på trods af at jeg rejste alene. Har anbefalet turen til alle jeg kender.”

*(Lena/508432) – Maj 2018*



### **Ayurveda & yoga retreat med Rikke**

”Yoga: Fantastisk. Rikke Hansens yoga har et kropsterapeutisk fokus så det virker på flere planer. Hun har været med til at jeg forstår og bevæger mig selv på nye måder og åbnet op for måder at arbejde med mig selv på som jeg ikke kunne før hverken via samtaler eller min krop.

Jeg troede aldrig jeg kunne nærme mig en mæthed ift behandlinger, men oplevelsen var så intens og nærværende med flere timers daglig berøring så jeg følte mig opfyldt og færdigbehandlet ved turens ende. Det er en vild oplevelse der rykker grænser og rykker på en helhedsorienteret måde både for organer, hud, følelser og skaber rum og plads til nyt. Jeg er meget taknemmelig for at jeg undede mig selv de 2 rejser og håber at komme afsted igen.

Jeg ville ikke have undværet Rikkens yoga. Den fik mig i kontakt med en handlekraft som klinikken ikke gjorde alene. Behandlingerne åbnede op så jeg kunne tage læringen fra yogaen endnu mere ind, ligesom yogaen sikkert åbnede min krop op for at tage bedre imod behandlingerne.

Indien var fantastisk. Der er så meget rajasjang, sanselighed og indtryk. Lokalbefolkningen er varme og nærværende, man kommer i dybere kontakt med sig selv, spiritualitet og livet gennem mødet med dem.”

*(Celina/508132) – Februar 2018*



Blot til orientering, da jeg udtrykte mine mange bekymringer før rejsen. De forventninger, du gav mig i udsigt, er fuldt indfriet.

Flyrejsen gik helt uden forsinkelser, blev hentet i lufthaven og indkvarteret på værelse 105. Et fint og rummeligt værelse med dejlig terrasse og udsigt. Ikke overdreven luksus, men rigtig fint og enkelt. WI-Fi fungerer også rigtig fint (næsten hele tiden). Rigtig fin service med rengøring og rene, tørre håndklæder hver dag. Personalet er ualmindelig venligt, imødekommende og betænksomt uden at være over servil.

Dr. Unnis behandling har jeg valgt at beskrive som særlig grænseudvidende i stedet for grænseoverskridende. Så må jeg se, hvor det fører hen. Også her er inderne ualmindelig venlige, opmærksomme, fleksible og omsorgsfulde.

Kovalam er for mig et rigtig rart lille sted, tilpas mange/få mennesker med god, venlig og tryk atmosfære. Selvom inderne går rundt og fryser, er vejret med ca. 32°, vandet mindst 28°, let brise, ingen myg og ingen regn perfekt for mine ømme gigtplagede knogler. Håber behandlingen på sigt hjælper på det. Det gør i hvert fald varmen.

*(Jens/508314) – Januar 2018*



"Faglig kompetente, dygtige, kærlige, omsorgsfulde, smilende og lattermilde læger og behandlere. Doctor Unnis viden, indsigt og menneskekundskab er fantastisk. Jeg følte mig mødt, set og forstået og mit helbred, mit humør og min åndelige balance er væsentlig forbedret efter 4 rejser til Kovalam. Som rygmarvsskaded kronisk smerte patient har rejserne til Indien styrket mig og forbundet mig med en dyb livsglæde."

*(Mette/508525) – November 2018*



### **Ayurveda & yoga retreat med Anette**

"Jeg synes det var fantastisk med yoga om morgenen på taget – det var SÅ dejligt! Anette var skøn til, at vi fik prøvet alt muligt! Jeg havde ikke prøvet yoga før, og jeg blev glad for det. Min krop blev mere smidig i løbet af turen. Stor ros til Anette for hendes måde at SE alle."

*(Janne/508442) – November 2018*



### **Ayurveda & yoga retreat med Rikke**

"Yoga var perfekt kombination med behandlingerne. Alt var så omsorgsfuldt og favnende. Blev virkelig hørt. Hele tilrettelæggelsen gjorde at jeg følte mig meget tryk og velkommen."

*(Elna/507764) – Februar 2017*



### **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*



"Jeg gik fra at være meget besværet af min leddegigt til næsten ingen symptomer grundet behandlinger og yoga hos Dr Unni."

*(Ellen/507723) – Januar 2017*



### **Ayurveda grupperejse feb 2017**

Nu har vi været hjemme i to uger efter en dejlig og spændende rejse til Kovalam.

Vi er ikke vant til at rejse i grupper, men havde fået opfattelsen, inden vi rejste, at det var helt op til os, hvor meget vi ville være sammen med gruppen. Det viste sig, at vi havde stor fornøjelse af at være med Rikkes gruppe.

Vi var sammen med dejlige og dygtige Rikke og de andre spændende mennesker i gruppen. Vi har kun positivt at sige om turen, om hotellet, yogaen, behandlingerne, byen osv, så vi kan kun med begejstring fortælle om vores oplevelser til venner, familie og bekendte, som alle er nysgerrige!!!

Nu er vi tilbage i hverdagen, men har helt sikkert taget vigtige ting fra Kovalam med hjem.

Kærlig hilsen fra Hans Erik og Grethe



## **Ayurveda yoga retreat med Rikke Hansen, 2017**

Jeg synes, I har haft et meget højt informationsniveau omkring turen, og det har både øget forventningerne og gjort det meget enkelt at forberede sig til turen. I det hele taget har jeg følt mig meget velkommen i Grace Tours regi.

Rikkens yoga: De magiske morgener på taget af Beach II, hvor mørket omslutter dig, når du sætter dig på yogamåtten kl. 6 – eller 5.30, hvis du deltager i meditationen – og hvor lyset langsomt overtager, og solopgangen farver skyerne udover havet, er det smukkeste tænkelig rum for Rikkens livgivende yoga.

‘Lige så stille’ får hun alle deltageren til at være i sig selv og udforske deres muligheder med sin blide og alligevel ansporende og insisterende formidling af yogaens muligheder og mysterier. For det opleves både mystisk og magisk, at hun får ens krop til at vågne og være med og øger ens nærvær. Rikke var yderst opmærksom på en utvungen og empatisk måde. Ayurveda behandlinger: mere magi. Og velvære og udfordringer, og kontakt med ømme steder, gamle spændinger og traumer. Overskridelser af grænser og fordomme. Men i en sammenhæng, både Unnis stab og de fysiske rammer, hvor i hvert fald jeg trygt og tillidsfuld overgav mig til det, der kom.

Foredraget med Dr. Unni, hvor han fortalte lidt (mere) om den ayurvediske tænkemåde og praksis, sammenholdt med de resultater mange af os opnåede på to uger, har fået mig til at indse, hvor langt man kan nå med en helhedsforståelse og behandling med urter, olie og massage. Når jeg tænker på, hvad en hospitalsindlæggelse i DK koster, kunne vi spare penge i sundhedsvæsenet ved at sende rigtig mange mennesker herved i et par uger, især hvis man tager dem, der vil være motiverede for at tage nogle af deres erfaringer med hjem og anvende dem. Kovalam: Da vi ankom sent på natten eller først på morgenen, kragerne var ved at vågne, var min indskydelse, at det vist var et lidt for lousy sted med alt for meget larm, fra netop krager og hunde. Det indtryk forsvandt bogstaveligt som dug for solen, da jeg så vågnede og gik ud i Maharajas have. Solen skinnede, varme og glitrende grønt, fuglekvidder. Så strakte sjælen sig og tog imod. Kovalam var en dejlig oplevelse med strand og stræder, venlige mennesker, som hurtigt tog bestik af ‘Rikkens group’ eller dem fra Grace Tours. Livlig og tilbagelænet, rare restauranter med god mad. Og meget der fristede i boder og butikker.

Det vil være en god idé hvis I på forhånd informerer om, at det er velkomment at vi reserverer plads til en flaske olie eller to til Unnis besøg. At rejse sammen med andre: Jeg var meget tilpas med gruppen, som viste sig at have en god og afbalanceret sammensætning. Det var mit indtryk, at alle følte sig omfattet af gruppens fællesskab uden at føle sig forpligtet ud over hvad den enkelte havde behov for. Jeg havde ikke meget præcise eller faste forventninger til turen, men var indstillet på, at glide ind i det, der var, tage det som en oplevelse. Og det har bevirket, at jeg synes det har været fuldstændig overvældende dejligt, gavnligt. En gave til mig selv, som jeg tænker at gentage i 2018.

LC (507764)



Dejligt, at I har sendt en mail. Jeg havde tænkt på at skrive en tak tilbage til Grace Tours, men nu kom I mig i forkøbet ☺

Vi har haft en super dejlig ferie alle 3, selvom det indimellem har været hårdt med behandlingerne. The Beach Hotel 2 er et rigtigt dejligt hotel med søde og servicemindede ansatte. Dejligt med egen balkon og skøn udsigt over Det arabiske Hav.

Behandlingerne og de ansatte hos Unni var i top. Rigtig dejligt, at de er mere meddelsomme og der er konsultation hver dag inden behandlingerne startes. Det gjorde de ikke for 7 og 10 år siden, da jeg var der de første gange. Og så var det spændende, at Unni arrangerede en tur til sin mors urtefabrik. Det var unikt og en meget spændende oplevelse.

Alt i alt en skøn, skøn tur. Det er ikke sidste gang, at vi har rejst med jer til Kerala og Unni ☺  
Tusind tak for oplevelsen.

På gensyn fra

Henrik, Emilie og Lene (507650)



Tak for dejlig og veltilrettelagt tur til Kerala. Det er en meget afstresset og velopløst krop, der vender tilbage.  
Cecillia (507620)



Vi havde en oplevelsesrig tur, hvor nye sider af os selv kom frem. Vi opdagede bl.a. at vi havde nye organer, som hjalp os til at blive "lette i låget". Både hud og tarme fik superaktiv opmærksomhed. "Purifikation" var noget, vi alle snakkede om til morgenmad. Det skabte et vist fællesskab på tværs af alle os gæster. Vi fandt ikke ud af, hvordan vi kunne komme på et yogahold, og den gruppe som var på hotellet var en "lukket" gruppe. Vi opgav og fik tiden til at gå med andre sysler.

Jeg vil takke dig mange gange for, at du kunne hjælpe os med så kort varsel – meget professionelt og imødekommende – hvilket gjorde, vi fik mod på spontant at rejse så langt væk og på en så anderledes ferie-helse-tur.

Med venlig og landlig hilsen  
Marianne (507637)



Den venlige og afslappede atmosfære i Kovalam passer rigtig godt til ayurveda behandlingerne. Det føles helt naturligt at gå til og fra klinikken, smurt ind i olie, blot med en sari svøbt omkring kroppen. Restauranterne i Kovalam er gode og den mad, klinikken anbefaler, fås overalt. Behandlingerne på klinikken er dybdegående og personalet er venlige og omsorgsfulde. Savnede dog lidt mere orientering vedr. behandlingerne. Det ville være rart med et par ord om, hvad dagens behandling indeholder. Også noget mere information om medicin og urter. (anonym vinter 2016)



Lige hjemvendt efter en ubeskrivelig fantastisk Sanum-tur til Kovalam! Har virkelig nydt hvert øjeblik, alle de op- og nedture, som hører til processen. Glæder mig allerede til næste gang!  
Sanna (507312)



Jeg vil bare sige 1000 tak for et ualmindeligt vellykket ophold i Kovalam. Alt klappede bare fra jeg fløj ud med Qatar d.30/1 til jeg landede d.14/2. Det var så velorganiseret, og der skal noget til at imponere en gammel stewardesse og Indien-farer som mig. Alt fra flyrejsen, opholdet på Beach II, til behandlingerne på klinikken var så gennemført og behageligt. Jeg var derude for 2 år siden, men der oplevede jeg det lidt anderledes, fejl med hotel indkvartering osv. Helhedsoplevelsen denne gang var ubeskrivelig.

Jeg fik igen Reena som behandler, og gensynsglæden var stor på begge sider. Alle på klinikken er utrolig søde og vil kun en det bedste. Og når man efter få dage vågner om morgenen og er smertefri, er det jo lykken for os alle.

Jeg vil endnu en gang takke dig for det store arbejde, du lægger i rejserne.

På forhånd tak.

Og mange venlige hilsner

Ulla (507454)



Tack för allt detta!!!

Min upplevelse har varit enastående, så glad o tacksam att jag fick bo hos familjen Unni, fantastiska människor!!

och den gode mannen från hawaa, tackar för allt detta!!! ska göra vad jag kan för att snart komma tillbaka!

Marietta (507626)



”Opholdet var særdeles veltilrettelagt, man følte sig tryk og velkommen fra først til sidst. Den gode, positive stemning helt fra rejsebureauet over lufthavnen, til hotellet og klinikken. Alle vi mødte i forbindelse med rejsen, var utroligt søde og imødekommende. Glæder mig til at skulle afsted igen på et tidspunkt!”

*(Annette/ 507562) – Februar 2016*



”Tak for en herlig tur til Kovalam. Vi har haft en fantastisk rejse, hvor alt er forløbet perfekt fra start til slut.

Vi har nydt at bo på Maharaju Palace, modtage gode behandlinger hos Dr. Unni og hans stab og selve området er jo bare så skønt og afslappet.

Det fungerede også rigtig fint for min datter på 14, som trygt færdedes på strand og caféer, mens hendes mor modtog ayurveda.

Det er ikke sidste gang vi skal til Kovalam!”

Mange hilsner

Annette (507562) – Februar 2016





Vel hjemme igen efter en super-duper tur, er vi enige om straks at starte opsparing til den næste i 2018 – om alt går vel.

Tak for denne gang

gode hilsener

*Jytte (507370) – Februar 2016*



”Følte at jeg fik min krop og sjæl tilbage igen - et år efter lymfekræft og et år med senfølger som voldsom træthed, lændesmerter, uvirkelighedsfølelser i forhold til at være i egen krop, angst for tilbagefald.”  
*(Anne-Marie/507563) – Januar 2016*



Skøn fodmassage, dejlige behandlinger.

Karen



Dygtige terapeuter, meget intense behandlinger.

Tina



En måned alene i Sydindien – kunne det lade sig gøre?

Jeg er kvinde og midaldrende som måske kunne ses som begrænsninger? Tog kontakt til Grace Tours og fik booket en rejse til Kerala med ayurvedisk indhold for sind og krop, en måned over julen og nytåret; Væk fra familien og traditionerne. Ud til varmen, spiritualiteten og den ayurvediske behandling som er så tiltrængt når man kommer fra vesten.

Booke et hotel i Kovalam og ned til Dr. Unni's fantastiske behandlinger – dygtige staff og Yogiji Uri's gode yoga classes i forbindelse med behandlingerne, hvor både Prana og den fysiske krop bliver udfordret hvert aktivt minut.

Samspillet og koordinationen af alle disse instanser betød, at jeg var på arbejde på en skøn måde hele dagen; strække og forme kroppen, fylde den med energi fra luften, solen, yogaen og behandlingerne fra massagen og hele det ayurvediske urte-repertoire – en fantastisk cocktail af sanselighed og nærvær.

Nyde Sydindien / Keralas karma med fantastiske vegetariske måltider, Udsyn og stille timer med selvevaluering og restitution oven på alle de sanselige indtryk som øjet, huden og smagssansen bliver udsat for 24:7.

Ud over den Ayurvediske tilgang til Indien kom jeg også rundt om Poonmudi med storslået natur, bjerge og smukke natur scenarier, Kanyakumari – Indiens sydligste punkt med de 3 havs møde og Gandihii mauseleum – forbi og gennem byer med FARVER på huse, sarier, skrammel og skidt så øjnene spærres op og udfordres på sammenhænge og samspil.

Elefantræf ved Neyardam og Trivandrams hurtige puls og smukke Tempel. Smukke sol op- og nedgange, der kaster lys over byen og stemmer dagen af med farver, stemning og æstetik, og et hovedkast derfra skidt, plastic og forurening i en skøn forvirring.

Julen blev fejret i Ashram Sivananda i Neyardam, et skørt mix af Swamier i orange klæder, Vishnu- og

**Grace Tours ApS** – Østerbrogade 52, 1tv – 2100 København Ø

Tlf: +45 33 117 117 – mail@gracetours.com – www.gracetours.com

Danske Bank 4180-3667 596270 – Medlem Af Rejsegarantifonden Nr. 776 – CVR 15602104

Krishnafigurer i røde klæder, juletræ og Christmas Carrolls og besøg af julemanden fra Grønland med gaver – plads til alt og rummelighed Chanting og udveksling af gode juleønsker på tværs af landegrænser og sprog. En rigtig god oplevelse der blev gentaget Nytårsaften.

Alle gange kørte jeg med en taxa chauffør som orienterede mig undervejs på engelsk om bemærkelsesværdige ting og som gerne sov og ventede i bilen til jeg ville hjemad igen på trods af familien bestående af 3 små piger ventede på far hjemme juleaften.

Jeg har haft et forbilledligt samarbejde med behandlingsstedets personaler og har levet mig fuldt ind i de behandlinger jeg har fået – alle med gode virkninger.

Jeg har mødt rare mennesker der uden tøven har været behjælpelige og venlige i byer, på gåture og ved udflugtsmål på trods af sproglige udfordringer.

Turen tåler bestemt en gentagelse og jeg er vendt hjem for at klargøre mig til at besøge Indien igen alene i 2016.

Grace har været en fin sparringspartner igennem hele rejsen og klar på tasterne ved den mindste henvendelse, det har givet tryghed og mod på oplevelser på egen hånd.

Gitte (507147)



Så er det en uge siden jeg kom hjem. Vil bare sige tak for en vel-arrangeret tur.

Det har simpelthen været så skønt og jeg har nydt at have havet lige ude foran døren og ikke mindst de tidlige tider hos de fantastiske folk hos og ikke mindst "hamselv" Dr. Unni. Så tusind tak :-). Jeg vil MEGET gerne afsted igen en anden gang (gerne i næste uge, hvis jeg havde tid og råd).

Kh Nana (507188)



Inden for den kommende måned sender jeg også både familiemedlemmer, venner og bekendte af sted .... 8 i alt ? Men hver en anbefaling kommer også lige fra hjertet, og folk kan se jo, at der sker en forskel!

Faktisk, så var min søster den største skeptiker, da jeg sendte rejsebrevne hjem fra min første tur i 2010. I marts i år tog hun så med – fuldstændigt frivilligt – fordi hun gennem tre år har set, hvilken smuk og dejlig søster hun fik hjem.

Resultatet er, at hun er en af dem, der tager af sted allerede igen – her den 20.8, for hun fik behandlet en livslang dårlig ryg, og hendes udseende fik så stort et løft at hele hendes arbejdsplads kom med kommentarer ..... ?

Tænk, hvor er vi heldige, at vi lever i den del af verden, hvor vi har mulighed for at forkæle os selv på den måde!

Tak for dig, dine kolleger og Grace Tours,

Bedste hilsener

KK (August/506586)



Vi havde en meget smuk og dejlig tid i Indien, og alt hvad I havde arrangeret fungerede på fineste vis. Det er et fantastisk sted på jorden. Og dr. Unni's klinik er et super behandlings sted, med de bedste behandlere. Det nød vi i høj grad godt af.

Marianne, Anne, Birgitte og Terese (April/506375)



Jeg har længe villet sende dig en mail for at fortælle hvor fint turen gik, ingen uheld udover en ordentlig gang influenza som jeg medbragte hjemmefra. Den fik jeg dog gjort endelig kål på på sejlturen på Backwaters – iøvrigt en skøn tur – hvor vi kom forbi en lille hytte med et skilt i forhaven "Ayurveda". Der gik jeg ind og bad om hjælp – og fik det! Næste morgen var jeg frisk som en fisk, da vi sejlede tilbage. Også fin behandling hos Dr. Unni og hans venlige medarbejdersstab. Vi nød den lille endnu ret uspolerede fiskerby og følte os rigtig friske og afslappede, da vi returnerede til det kolde og klamme DK. Alt i alt en dejlig ferie, som vi begge trængte til.

Med venlig hilsen,

Dorthe (december/ 505160)



Har lige været i Indien i Kovalam sammen med Grace Tours og Rikke fra Sanum yoga. En fantastisk rejse – tak!  
Annette (feb / 506178)



Blot en lille hilsen herfra med tak for en fantastisk tur til Kovalam!

Det har været en skøn og berigende tur, og jeg glæder mig allerede til at tage afsted næste gang...gerne Januar 2014!

Jeg har også brug for at skrive store, store ros til Beach hotel 1, og deres Manager, Anji, som er en medarbejder udover det sædvanlige. Jeg har rejst meget, men har aldrig oplevet en så dedikeret person. Altid med et smil og et service niveau der er på topklasse niveau. Han er en fremragende ambassadør for hotellet og er med til at give det masser af personlighed og varme.

Håber at du gir roserne videre, de er så fortjente.

Charlotte (506178)



Det har været en helt fantastisk tur til Kovalum. Alting har bare fungeret som smurt. Og behandlingsforløbet var suverænt – og kun alt for kort J. Jeg har boet på Hawah Beach Resort og det har virkelig været en fornøjelse. De var så søde og hjælpsomme. Udmærket standard til formålet. En enkelt tilbagemelding til en tilføjelse til informationsmaterialet er, at skrive bæreren af kufferten skal have en skilling. Jeg havde nemlig ikke valuta på mig og det var lidt ufedt at stå kl. 04 om natten med en sur bærer. Jeg fik udredet miseren, men måske der skal stå at man skal betale ham.

Dr. Unni får mine bedste anbefalinger. Det var helt fantastisk at komme på stedet og blive modtaget så professionelt. Og ja, behandlingerne var bare både dejlige og effektive. Som person synes jeg lægen er ekstraordinært nærværende taget alle de patienter i betragtning. Jeg ønsker ham virkelig alt mulig held og lykke med sit hotelprojekt og vil gøre mit til at udbrede kendskabet til stedet.

Janne (506326)



Så er jeg retur og alt gik planmæssigt! Det har været et fantastisk godt ophold og fedt at være på klinikken, når der ikke er alt for meget run på!!

Dog vil jeg næste gang gå efter 3 uger og overveje et mere flex. flyselskab, hvor man også må have mere vægt med om bord 😊

Jeg vil ellers ikke lede efter ris, når jeg har nydt turen så meget som jeg har. Mette K (505914)



Blot en lille hilsen for at sige, at jeg har været yderst tilfreds med rejsen, jeg bestilte hos jer. Tusind tak.

Jeg er så glad for, at jeg valgte at bo på Beach Hotel 1 – sikke da et dejligt sted. Centralt, luftigt, rent og så er Mr. Ajil bare den sødeste manager, man kan komme ud for.

Det var også en stor oplevelse at få behandling på Dr. Unnis klinik. Jeg vidste vist ikke helt, hvad jeg gik ind til. Men det var fantastisk, og jeg har det meget fint efter kun 8 dages behandling.

Af ren og skær nysgerrighed vil jeg gerne vide, hvor meget sådan en uge hos ham ca. koster.

Jeg er blevet totalt charmeret af Indien, så det er nok ikke sidste gang, I hører fra mig.

mange venlige hilsner

Bodil (505826)



Jeg ved ikke om jeg nogensinde fik takket dig for planlægningen af min tur til dr. Unni.

Jeg havde en så vidunderlig tur at det ikke lader sig beskrive i ord og mit piskesmæld forsvandt .....

(dog fik jeg tilbagefald, et par mdr efter, ærgerligt, men det er kun min egen skyld, idet jeg var så sprængfuld af energi efter min tur, at jeg overvurderede mine kræfter....) så tak for det!

Mie LR (505649)



Opholdet var jo fantastisk grundet omgivelserne, solen og varmen samt den virkning som behandlingerne/yogaen/opholdet tydeligt havde på min krop både fysisk og psykisk.

Mærkværdigt – fordi man gennemgår så mange forskellige grænseoverskridende ting, og det faktum at jeg slet ikke havde haft fantasi til at forestille mig, hvad det hele egentligt gik ud på.

Anderledes – fordi det er en meget særlig måde at rejse og opleve på og fordi det er så svært at komme hjem og skulle genfortælle det hele til ens nærmeste uden at det lyder som et obskurt foretagende.

Af samme årsag føler jeg mig næsten også nødsaget til at skrive om mine oplevelser (jeg er journalist), så jeg håber vores rejse/ferietillæg har lyst til at bringe en artikel om Dr. Unni og co.

I så fald skal jeg nok sende dig et eksemplar. :-)

Mange hilsner og ønsker om en god påske

Thea (505148)



Dette tidspunkt af året er meget gunstigt. Man kan virkelig mærke at Unni følger med i alle behandlingsforløb, og jeg har haft fornøjelsen af, at han kom og arbejdede med et ømt punkt stort set hver dag. Han har tid til en hyggelig sludder og er i det hele taget meget afslappet og til stede. Det er herligt

Ayurveda behandlingerne er som altid helsebringende og dejlige.

Margit (505054)

◆◆◆

Godt Nytår her fra Kovalam. Jeg nyder virkelig at være her, hotellet er virkelig vidunderligt og klasser bedre end de andre jeg har boet på ? det er faktisk så dejligt at man får lyst til nogle aftner at bare lægge og læse en bog på værelset ?

Behandlingerne er som altid utrolig dejlige, og den nye klinik er jo et stort løft fra den tidligere.

Stranden, maden og i det hele taget omgivelserne er bare dejlige, så jeg kan faktisk ikke finde på noget at klage over ? udover at jeg måske bliver nødt til at tage hjem en uge før beregnet.

Sol hilsen

Pia M (505030)

◆◆◆

Hej Karen!

Den kommer noget forsinket denne mail, men jeg vil fortælle dig, at jeg havde et dejligt ophold i Indien – og Dr. Unni var fantastisk, jeg har anbefalet det begejstret til mine elever. Også Lis havde gode oplevelser.

Venligst

Sus (504393)

◆◆◆

Jeg kom hjem fra Indien i fredags. Og selvom der nu er gået nogle dage, så mangler jeg stadig ord for den oplevelse, jeg har haft. Det tætteste er nok: Fantastisk.

Rejsen klappede, det hele til tiden, hotellet var lige i øjet og behandlingerne overgik langt, langt mine forventninger. Ja, selv kolleger – som ikke ved, jeg har været afsted på sådan en slags ferie – siger, at jeg "lyser". Og det er også sådan, at jeg har det.

Tak for din rådgivning og planlægning. Jeg håber, at du står mig bi igen til næste år – for jeg skal afsted igen!

De bedste hilsener

Kith (504324)

◆◆◆

Jeg er ved at få lidt hjemve, selv om jeg har det som blommen i et æg. Det har været en stor hjælp for mine rygproblemer at blive behandlet hos Unni, det er ikke væk, men kan holdes nede med yoga og svømning. Jeg har stor respekt for hans kundskaber, han fandt alle de dårlige steder som blev beskrevet paa skanningen hjemme i DK. Han kan forklare dårligdommen med alm lægebetegnelser, så jeg har stor tillid.

Venlig hilsen og tak for god service

Lone M (504501)

◆◆◆

Hvor VAR det dog en fantastisk tur ! Igen..igen !!

Hotellet er aldeles pragtfuldt. Tilpas størrelse..ikke for stort, skønne rummelige, hyggelige, rene værelser med prægtig udsigt,luft,skygge og det mest yndige personale i miles omkreds.Planen er at flytte Fusion op på taget,- håber ikke det ødelægger så der bliver totalt overrendt..

HOLD da op, hvor den "nye" klinik dog kører helt fantastisk !!! Ikke alene er det jo en skøn,rummelig,smagfuld bygning som virkelig bliver holdt pæn&ren hele tiden, det er også den bedste staff nogensinde. Der er en skøn, glad stemning og en arbejdsånd som er helt fantastisk. Planlægningen er i top, således var jeg sgu oppe på op til 6 forskellige behandlinger dagligt der bare kørte i rap ....God tone og indbyrdes respekt og man oplever i dén grad en dedikation og kærlighed fra de faste behandlere man bliver tildelt.Den unge læge, jeg ikke husker navnet på, er også en vældig, omend genert, kapacitet.Og Unni stikker lige forbi med en tå / fod hver dag ... En OND tå... :)

Jeg havde stort udbytte af opholdet ! Man må jo sige at man rykker et ordentligt stykke hver gang,- det er jo lissom om der er mere og mere der ryger på plads,- osse oppe i hovedet hvad angår opmærksomhed over for hvad man byder sin krop af mad osv..'kæft jeg har det godt !!

Min rejsekammerat Julie, ankom i rullestol med et knæ der intet kunne. Hun var skrevet op til en operation herhjemme, men det bliver vist ikke nødvendigt alligevel.

Hun blev helt smertefri af behandlingerne på klinikken og fik det S Å godt !!! Det var magisk at se hende blive et menneske efter at have straffet sig selv i alt for mange år med et væld af dårlige mad&drikkevaner som hun nu kan mærke og forstå har været med til at gøre det rigtigt svært at være velfungerende.

Hold da op, for en metamorfose !!! Hun var ude at løbe i sidste uge....

Nu glæder jeg mig bare til at komme afsted igen.

Bedste raske hilsner

Hanne (504409)



Mange gange har tilbageholdenhed noget med det enkelte menneskes udefinerlige angst at gøre. Jeg har mange gange haft et NEJ TAK på læben, men har så overvundet angsten for det ukendte – og ladet mit SELV tage beslutningen. Det har nu i mit 54-årige lange liv, givet mig utroligt mange gode lærerige og sjove oplevelser. Oplevelser, som også har været med til at gøre mig til den jeg er i dag. Man udvikler sig ikke, hvis man ikke tager udfordringer op.

Jeg havde ikke som dreng eller ung mand særlig megen fokus på det at rejse ud. Det er noget der er kommet stille og roligt, og som jeg er blevet glad for. Enhver rejse et nyt sted hen er spændende, og hver gang kommer man hjem med nye indtryk og erfaringer, som man så er blevet lidt "større" af. Hvad enten man rejser for firmaet man er ansat hos eller som turist. Resultatet er det samme.

For ca. 20 år siden købte jeg bogen AYURVEDA af Deeprak Chopra. Den ayurvediske lægekunst og filosofi, som bogen handler om er ca. 5000 år gammel. Deeprak Chopra, født i Indien, skabte en interesse i USA for snart 25-30 år siden, og opbyggede et netværk af klinikker her. Chopra er uddannet læge, forretningsmand, forfatter, foredragsholder etc. etc. og et stort navn i USA. Bl.a. inviteret gæst til gallamiddagen hos Præsident Obama i forb. med den Indiske regeringschefs besøg i November 2009.I dag er AYURVEDA en meget anerkendt behandlingsterapi til hjælp for stressede vesterlændinge. Mange syge "hoveder" rejser ud for at få hjælp, hvis ikke der findes en klinik i hjemlandet. Jeg har personligt den indstilling, at man smage på frugten, der hvor den

Grace Tours ApS – Østerbrogade 52, 1tv – 2100 København Ø

Tlf: +45 33 117 117 – mail@gracetours.com – www.gracetours.com

Danske Bank 4180-3667 596270 – Medlem Af Rejsegarantifonden Nr. 776 – CVR 15602104

høstes – om det er muligt.

Besluttede mig for et 14-dages ophold hos Dr. Unni i Kovalam, Kerala, Syd Indien. Jeg købte en færdigpakke hos Grace Tours i København.

I en alder af 54 og med lidt for mange stresssituationer i bagagen, gør min krop og sjæl ondt lige nu. Jeg forventer med denne rejse at få det bedre og få kendskab til et redskab, som jeg kan anvende i fremtiden.  
PK (504400)

◆◆◆

Hejsa !

Lige hjemkommet fra Dr. Unnis paradys, hvor vi bare har haft det SÅ godt.

Ihhh, hvor har jeg dog nydt det, og sikken et overskud, man får.

Tak for meget fin service fra dig, og jeg kommer helt sikkert tilbage til dig.

Hvis hele Danmarks befolkning tog derned, ville sundhedstilstanden i Dk. blive meget bedre, og Indiens økonomi tilsvarende forbedret... haha

De varmeste hilsener og et lille mailknuz

Eva-Marie (504181)

◆◆◆

Jeg ved ikke om det er her man kan skrive om sin tur til Kovalam, men ja nu forsøger jeg. For jeg har en stor lyst til at fortælle om den fantastiske mulighed med Ayurveda behandlinger hos Dr. Unni. Tusinde tak for en super vellykket tur, det er det bedste jeg har gjort for mig selv nogensinde... Ankom med mave/tarmproblemer (haft det igennem 2 år!!), de danske læger kunne ikke finde ud af noget som helst, de "troede" det var brok og de foretog en operation der ikke hjalp, og så ville de åbne op igen og jeg sagde heldigvis STOP. Nu var det tid at forsøge andre veje, og hvor er jeg lykkelig for at have fået behandlinger af Dr. Unni i Kovalam. Han har hjulpet mig meget og i dag er der ingen smerter og i øvrigt havde det intet med brok at gøre. Det var fuldstændig fantastiske, rolige og dejlige dage i den lille by. Savner solen og varmen, de lange gåture langs stranden tidlig om morgenen, de flinke folk, den søde specielle duft/lugt på stierne, lyden af kokosnødder der falder ned på bliktage, de vilde søvnige hunde, den daglige massage, frugtdamerne på stranden, roen og tiden til fordybelse... Tager helt sikkert af sted igen. Var afsted 20 dage med behandlinger hver dag. Et par råd: HUSK lommelygte og gode ørepropper. Og tag ikke for meget tøj med, det bliver ødelagt af olien og du kan købe billigt og behageligt tøj dernede.

Mange tak og glade hilsener fra Maria (503950)

◆◆◆

Så er jeg vendt hjem fra 3 fantastiske uger, hvor jeg fik lov at blive på det samme værelse på Maha Palace. Det var rigtig dejligt. Der er trygt og godt og meget hyggeligt. Jeg skriver for at fortælle, at der meget tæt på er startet en yogalære, som er rigtig god. Hans navn er Venu

Han har hold for begyndere og let øvede om morgenen fra 8 – 10. Martin anbefalede ham, så han kan sagtens anviser gæsterne. Jeg skriver det kun, fordi en af de gæster, som kom derned havde forudbooket hos Shivan. Han har for øvede fra 7 – 9 og fra 9 – 11 for let øvede og begyndere. Vi skal jo have det til at passe med vore behandlinger.

Mange hilsener

Hanne O (503900)



”Det er bare så dejligt at være tilbage her. Hjertevarmende som vi bliver mødt og genkendt!! af rigtig mange. Klinikken har klart fået et løft med den nye stab af medarbejdere. Det hele er mere professionelt og rart. Hytten er skøn – rigtig dejligt alternativ! Trådlst internet er yderligere et plus :O)  
Derfor er jeg også bare ked af, at skulle hjem allerede på torsdag. SUK.”

*Heidi L (503487)*