



Deutsches Zentrum
für Ayurveda

Ayurveda Pur. Indische Tradition. Deutsche Qualität.

Willkommen
am Bodensee

Im 4-Sterne-Hotel Seevital in Langenargen erwartet Sie authentische **Ayurveda auf höchstem Niveau** – geleitet von promovierten Ayurveda-Ärzten aus Indien und erfahrenen Heilpraktikern. Unsere Programme verbinden jahrtausendealte Tradition mit moderner Medizin, für nachhaltige Gesundheit und Regeneration.

Ayurveda

die Wissenschaft vom Leben



Vata (*Luft & Raum*)

Vata ist das Prinzip der Bewegung. Es steuert alle Aktivitäten des Körpers – vom Atem über den Blutkreislauf bis zu den Nervenimpulsen. Menschen mit starkem Vata sind oft kreativ, kommunikativ und voller Energie. Gerät Vata jedoch ins Ungleichgewicht, können Nervosität, Schlafprobleme, Blähungen oder Gelenkbeschwerden auftreten.



Pitta (*Feuer & Wasser*)

Pitta steht für Transformation. Es regelt Verdauung, Stoffwechsel, Temperatur und Intellekt. Menschen mit dominierendem Pitta sind zielstrebig, organisiert und verfügen über eine klare Wahrnehmung. Ein Ungleichgewicht zeigt sich oft in Form von Reizbarkeit, Übersäuerung, Hautproblemen oder Entzündungen.



Kapha (*Erde & Wasser*)

Kapha ist das Prinzip der Stabilität. Es verleiht dem Körper Struktur, nährt Gewebe und sorgt für Geduld, Ruhe und Ausdauer. Kapha-Typen sind meist ausgeglichen, herzlich und haben ein starkes Immunsystem. Bei zu viel Kapha können Trägheit, Übergewicht, Schleimansammlungen oder Wassereinlagerungen auftreten.

Prakriti und Vikriti

Prakriti bezeichnet die Grundkonstitution eines Menschen, während Vikriti die momentanen Ungleichgewichte beschreibt. Ziel jeder Behandlung ist es, das natürliche Gleichgewicht wiederherzustellen.

Ashtanga Ayurveda – die acht Zweige

- 1 Kaaya Chikitsa – Innere Medizin
- 2 Shalya Tantra – Chirurgie
- 3 Shalakya Tantra – Augen-, Hals-, Nasen- und Ohrenerkrankungen
- 4 Kaumarabhritya – Pädiatrie & Kinderheilkunde
- 5 Agada Tantra – Toxikologie
- 6 Bhoota Vidya – Psychologie & Geisteskrankheiten
- 7 Rasayana – Verjüngung & Prävention
- 8 Vajikarana – Aphrodisiaka & Fruchtbarkeit

Panchakarma – die fünf klassischen Reinigungsverfahren

- 1 Nasya
Reinigung des Kopfbereichs
- 2 Vamana
Therapeutisches Erbrechen
- 3 Virechana
Abführende Reinigung
- 4 Basti
Medizinische Einläufe
- 5 Rakthamoksha
Blutreinigung

Unsere Kur-Programme im Überblick

Medizinische Kuren – Leicht

Drei Kuren, drei Wege, ein Ziel: Leichte Kuren zur Entlastung und Vitalisierung („Panchakarma light & classic“).

Reinigung – Energie – Balance

Kur	Dauer	Preis	Beschreibung
Shuddhi Kur – Reinigung	3 / 5 / 7 Tage	€ 750 / € 1.250 / € 1.662	Entgiften & Klarheit
Agni Kur – Energie	5 / 7 Tage	€ 1.250 / € 1.662	Stärkung von Stoffwechsel
Sthira Kur – Balance	5 / 7 Tage	€ 1.250 / € 1.662	Stabilität & Erdung

Medizinische Kuren – Fortgeschritten

Drei Programme, eine Tiefe: Diese Kuren verbinden traditionelle ayurvedische Reinigung mit moderner Naturmedizin.

Panchakarma – Revitalisierung – Rasayana

Kur	Dauer	Preis	Beschreibung
Panchakarma Detox Intensiv	10 / 14 / 21 Tage	€ 3.150 / € 4.165 / € 5.880	Reinigung und Regeneration.
Revitalisierungskur	7 / 10 / 14 Tage	€ 1.662 / € 3.150 / € 4.165	Ganzheitliche Stärkung
Rasayana Regenerationskur	21 Tage	€ 5.880	Regeneration & Vitalität

Nicht-medizinische Kuren

Ideal für Einsteiger:innen, Wochenend-Gäste oder Gäste, die Ayurveda erleben möchten – ohne intensive Kuren.

Auszeit – Kräuterkraft – Detox – Stress Balance – Serene Sleep – Shield Burnout

Kur	Dauer	Preis	Beschreibung
AUSZEIT	3 Tage	€ 650	Auszeit & Stressmanagement
Kräuterkraft	3 / 5 Tage	€ 650 / € 1.050	Stärkung des Immunsystems
Bodensee Ayurveda Detox	5 / 7 Tage	€ 1.050 / € 1.450	Gewichts-Balance & Verdauung
Stress Balance	5 / 7 Tage	€ 1.050 / € 1.450	Auszeit & Stressmanagement
Serene Sleep	5 / 7 Tage	€ 1.050 / € 1.450	Longevity
Shield Burnout	7 Tage	€ 1.450	Stressmanagement

Einzelanwendungen

Angebot	Dauer (min)	Preis (€)
Abhyanga (ayurvedische Ganzkörper-Ölmassage)	55 min	130 €
Akshitarpana (Augenbehandlung mit Ghee)	20 min	95 €
Basti (medizinischer Einlauf)	60 min	110 €
Konsultation groß	60 min	140 €
Konsultation klein	45 min	95 €
Folgeanamnese	30 min	60€
Griva Abhyanga (Nackenmassage)	55 min	115 €
Mukabhyanga (Gesichtsmassage)	55 min	125 €
Nasya (reinigende ayurvedische Nasenbehandlung)	15 min	25 €
Kati Basti (Öl-Teigring)	45 min	95 €
Padabhyanga (Fuß- und Beinmassage)	25 min	60 €
Pizhichil – Ayurveda-Königsbehandlung (Ganzkörperbehandlung mit warmem Kräuteröl)	55 min	199 €
Udvarthana (ayurvedische Massage mit warmem Kräuterpulver)	55 min	125 €
Shirodhara (Ölströmung auf der Stirn)	40 min	125 €
Abhyanga & Shirodhara Kombi	90 min	225 €
Synchron-Udvarthana (ayurvedische Pulvermassage zu zweit)	55 min	210 €
Garshana (ayurvedische Trockenmassage mit Seidenhandschuhen)	30 min	80 €
Shiroabhyanga (Kopf- und Nackenmassage)	55 min	165 €
Janu Vasti (Ölanwendung für die Knie)	45 min	89 €
Janu Vasti & ayurvedische Beinmassage	55 min	165 €
Vishesh (tiefgehende Ayurveda-Ölmassage)	55 min	135 €
Takradhara (beruhigender Stirnguss mit Buttermilch)	45 min	95 €
Samvahana (Seidenhandschuhmassage)	60 min	150 €

Kontakt & Buchung

Deutsches Zentrum für Ayurveda™

🌐 www.deutscheszentrumfuerayurveda.com

✉ info@deutscheszentrumfuerayurveda.com

☎ +49 151 29053351

☎ +49 7543 3009607

📍 Hotel Seevital, Marktplatz 1,
88085 Langenargen