



Deutsches Zentrum
für Ayurveda™

Ayurveda Pur. Indische Tradition. Deutsche Qualität.

Willkommen
am Bodensee

Deutsches Zentrum für Ayurveda™ in Salem steht für authentisches Ayurveda auf höchstem Niveau – begleitet von erfahrenen Ayurveda-Experten aus Indien und Heilpraktikern. Unsere Programme verbinden jahrtausendealte Tradition mit moderner Gesundheitsbegleitung für nachhaltige Gesundheit, Regeneration und ganzheitliches Wohlbefinden.

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

Ayurvedische Verpflegung

Optional zubuchbar

Für eine optimale Begleitung Ihrer Kur bieten wir frisch zubereitete ayurvedische Mahlzeiten an.

Mahlzeit	Preis
Frühstück	€20
Mittagessen inkl. Getränke	€25
Abendessen inkl. Getränke	€25

Oder als Paket

Ayurvedische Vollverpflegung inkl. Getränke

Frühstück, Mittag- und Abendessen €65 pro Tag

Einzelanwendungen

Angebot	Dauer (min)	Preis (€)
Konsultationen		
Ayurvedische Erstkonsultation	60 min	140 €
Ayurvedische Folgekonsultation	30 min	75 €
Ganzkörper & Kennenlernen		
Ayurveda Kennenlern-Massage - Teilkörpermassage mit warmem Öl	30 min	50 €
Abhyanga - Ayurvedische Ganzkörper-Ölmassage	60 min	130 €
Kräuterstempel - Ganzkörper	60 min	130 €
Udvaartana - Ayurvedische Pulvermassage	60 min	130 €
Kombinationsanwendungen		
Abhyanga + Swedana (ayurvedisches Dampfbad)	90 min	165 €
Abhyanga und Kräuterstempel	90 min	225 €
Abhyanga und Shirodhara Kombi	90 min	225 €
Kopf, Gesicht & Sinne		
Akshitarpana - Augenbehandlung mit Ghee	45 min	95 €
Mukabhyanga - Ayurvedische Gesichtsmassage	45 min	95 €
Nasya - Ayurvedische Nasenbehandlung	45 min	95 €
Shiroabhyanga - Kopfmassage	30 / 60 min	65 / 115 €
Shirodhara - Ölströmung auf der Stirn	45 min	130 €
Takradhara/Ksheeradhara - beruhigender Stirnguss mit Buttermilch/Milch	45 min	140 €
Rücken, Beine & Gelenke		
Griva Abhyanga - Ayurvedische Nackenmassage	45 min	95 €
Prishtabhyanga - Rückenmassage	30 / 60 min	65 / 115 €
Padabhyanga - Ayurvedische Fuß- und Beinmassage	30 / 60 min	65 / 115 €
Kati Basti - Ayurvedische Öltherapie für den Rücken (ÖL-Teigring)	45 min	95 €
Janu Vasti - Ayurvedische Ölanwendung für die Knie	45 min	95 €
Lokale & ergänzende Anwendungen		
Kizhi lokal (Kräuterstempel - lokal)	30 min	65 €
Lepam - Kräuterpaste	30 min	65 €
Pichu - Ölauflege	45 min	95 €
Swedana (ayurvedisches Dampfbad - Schwitztherapie)	30 min	55 €

Kontakt & Buchung

Deutsches Zentrum für Ayurveda™

🌐 www.deutscheszentrumfuerayurveda.com

✉ info@deutscheszentrumfuerayurveda.com

☎ +49 151 29053351

☎ +49 7553 2199111

📍 Neufracher Str. 8

88682 Salem