

TURREFERENS
LKP5Z3D8R5

Meditation och yogaturné (5 dagar)

5 dagar · 4 nätter | Privat tur med chaufförguide

AI-genererad bild · inte ett verkligt fotografi

Om denna upplevelse

Denna femdagars tur centrerar kring en yoga- och meditationsreträtt i Kandys bergland, dit man åker och härifrån man lämnar med privat fordon och chaufförguide. Efter en initial transfer från flygplatsen som inkluderar Pinnawala Elephant Orphanage fortsätter de resterande dagarna med reträttrytm på Kandy Samadhi Centre, där daglig yogapraktik kombineras med tid att utforska det omgivande landsbygdslandskapet och själva staden Kandy.

Resoräster får en strukturerad balans mellan aktivitet och stillhet: yogasessioner varje eftermiddag, ayurvediska terapier, fågelskådning, bäckbadning, vattenfall- och Knucklesbergs-vandring, en introduktion till matlagning med srilankesiska kryddor, och besök till lokala hantverkstraditioner som ädelstenslipning, träskulptur och batik, tillsammans med en kandyansk kulturell dansshow. En dag är också avsatt för att se Kandys sjö, gator och templet för den heliga tandreliken.

Turen passar för resoraare som vill ha en autentisk reträtt-upplevelse snarare än ett fullt schema med sevärdheter, då Samadhi Centres berglandsläge ger privatliv och lugn under hela vistelsen.

Dag-för-dag-resplan

Dag 1 Flygplats → Kandy / Digana

Transfer från flygplatsen till Kandy Samadhi Centre, ett retreatcenter beläget bland risfält och Kandyska kullar, med ett stopp vid Pinnawala elefanthem på vägen.

Kandy Samadhi Centre

Ett retreatcenter beläget bland Kandyska kullar, omgärdat av Kandyska väggmålningar och antikviteter, med sviter med utsikt över risfält. Det erbjuder yogapraktik och ett brett utbud av ayurvedicka behandlingar, samt en yogasession på eftermiddagen för att vänja sig vid vistelsen.



Pinnawala elefanthem

Ett skydd i provinsen Sabaragamuwa för unga elefanter som förlorats eller skiljts från sin naturliga miljö, här bor en av världens största grupper av tamdjura elefanter.

Bernard Gagnon · CC BY-SA 3.0

Tekniska turer

Besök som introducerar lokala hantvarkstraditioner såsom geminskärning, träsnideri och batik, tillsammans med en Kandysk kulturshow med traditionell dans och musik.

Dag 2 Kandy / Digana

En dag för att utforska staden Kandy, som ligger kring sin sjö och omgärdad av skogbevuxna kullar.



Kandy stad och sjö

Staden är centrerad kring sin sjö, ofta omgiven av bergsskogarnas dimma, med färgglada hus framför de omgivande skogbevuxna kullarna.

Ji-Elle · CC BY-SA 3.0



Tanden-reliktemplet

En gyllene takad tempel som innehåller Buddhas tandreliker, Sri Lankas viktigaste buddhistica reliker.

A.Savin · FAL

Dag 3 Kandy / Digana

En dag med naturaktiviteter runt retreatcentret och en yogasession på eftermiddagen.

Fågelskådning

Fågelskådning på morgonen runt retreatcentret.

Bäckvadande och vattenfallsvandring

En vandringstur till ett närliggande vattenfall följt av bad i bäcken för att svalna av.

Knuckles bergsvandring

En valfri vandring in i Knuckles bergsmassiv för dem som vill ha en mer äventyrlig dag, med utsikt över de omgivande bergstoppen.

Yogapraktik

En yogasession på eftermiddagen i retreatcentrets lugna omgivningar.

Dag 4 Kandy / Digana

En dag med skogsvandring och en introduktion till Sri Lankas matlagning, med yoga igen på eftermiddagen.

Skogsvandring

En guidead vandringstur genom närliggande skoglandskap.

Kryddmatlagning

En praktisk session där du lär dig att använda lokala kryddor för att tillaga autentisk Sri Lankansk mat.

Yogapraktik

En yogasession på eftermiddagen i retreatcentrets lugna omgivningar.

Dag 5 Kandy → Flygplats

En sista transfer med chaufförguide till stranden eller flygplatsen, vilket avslutar retreaten.

Vad som ingår

INGÅR

- Transport in a Private Vehicle, inclusive of, cost of fuel, parking & highway tolls.
- Service of an English-Speaking Chauffer Guide throughout the tour.
- All prevailing taxes and service charges (Except for Credit Card Charges).

INGÅR EJ

- Hotel Accommodation.
- Entry Visa Fees
- International / Domestic Airfare.
- Any expenses of personal nature.
- Entrance fees to the respective sites.