



本場 南インド・ケララ州  
アーユルヴェーダ病院リトリート



2023年9月  
9泊10日

# Ayurveda Retreat

## トリートメント TREATMENT

医師による処方  
診察 / 診断 / お薬

毎日受けます  
トリートメント 2種

覚えておきたい、あなたの体質  
医師による  
ドーシャ診断

## 座学・実技 STUDY

別名アピヤング。押さえておきたい  
全身オイルマッサージ

現地では母が娘にやることも  
頭・顔マッサージ

院内で製薬をしています  
薬草オイルづくり

## まだまだあります & MORE!

アーユルヴェーダ病院の  
菜食ケララ料理

オープンエアの空間で  
朝ヨガ

マッサージを習得の証  
修了証書

1つでも  
✓があれば  
おすすめ!



- インドに行ってみたい! でも一人だと勇気が出ない
- インド本場のアーユルヴェーダに興味がある
- カラダやココロに良いことをしたい
- マッサージを覚えたい
- アーユルヴェーダのトリートメントをしっかり受けてみたい
- ケララ料理、文化、町の人との交流も楽しみたい

CHECK LIST

ヤシの木が生い茂る南国ケララ。そこにある、地元の患者さんにも、外国人にも愛されるアーユルヴェーダ病院に滞在します。小さな町に、チャイ屋さん、ヒンドゥー寺院、フレッシュジュース屋さん、スーパーマーケット、ビーチもあります。勉強とトリートメントを両立するため、予定は詰め込みすぎず、復習する時間も養生する時間もあります。アーユルヴェーダに浸る9泊10日。2008年からケララに通うAROUND INDIAと一緒に、本物のアーユルヴェーダの世界へ行きましょう! 詳細およびお申し込みは、下記QRコードまたは<https://aroud-india.com/2023-ayurveda-retreat/>をチェック!

現地空港発着 航空券代別 182,000円～



病院メンバーとAROUND INDIA 主宰 田村ゆみ



滞在する病院は、ケララ州政府から優れた施設に送られる AyurGold 認証、Green Leaf 認証を受けています。地域の女性たちの雇用を促進しています。



リトリート  
詳細はこちら

ためして、楽しい、インド旅とアーユルヴェーダ  
AROUND INDIA  
<https://around-india.com>

日本で学ぶ「暮らしのアーユルヴェーダ講座」受講生募集中! インドに行く前の予習にもどうぞ。