



Activity for the day (Sunday)

Lecture series

We welcome you today to an hour long lecture on Ayurveda/yoga lead by one of our doctors or yoga master to create more awareness in the holistic science of Ayurveda, the perfect scientific form of health care in the world.

Please reconfirm the details of the venue, topic and time from the reception or Ayurveda center.

Tagesprogramm (Sonntag)

Vortragsreihe

Wir begrüßen Sie heute zu einem einstündigen Vortrag über Ayurveda/Yoga. Dieser wird von einem unserer Ärzte oder Yogameister geleitet. Ziel ist es, ein Bewusstsein für die ganzheitliche ayurvedische Wissenschaft, die perfekte wissenschaftliche Form der gesundheitlichen Versorgung in der Welt, zu entwickeln.

Bitte lassen Sie sich die Angaben zum Veranstaltungsort, dem Thema und der Uhrzeit an der Rezeption oder im Ayurveda-Zentrum bestätigen.

События дня (воскресенье)

Серия лекций

Мы приветствуем вас сегодня на часовой лекции по аюрведе / йоге, проводимую одним из наших врачей или мастером йоги, чтобы повысить вашу осведомленность о целостной науке аюрведе, идеальной научной форме здравоохранения в мире.

Пожалуйста, подтвердите ваш интерес к теме и времени на ресепшене или центре Аюрведы



Activity for the day (Monday)

Herbal Garden Visit

According to Ayurveda, every part of the plant such as the leaf, stem, root, fruit or flower has certain useful medicinal properties

Take this opportunity of visiting our herbal garden in the Ayurveda center today at 4 pm where you will be guided by our doctor through each herbal plantations and its medical applications. It's a unique interactive experience for all ages.

Tagesprogramm (Montag)

Kräutergarten-Besuch

Nach dem ayurvedischen Prinzip hat jeder Teil der Pflanze wie das Blatt, der Stiel, die Wurzel, die Frucht oder die Blüte bestimmte nützliche medizinische Eigenschaften.

Nutzen Sie die Gelegenheit, heute um 16:00 Uhr unseren Kräutergarten im Ayurveda-Zentrum zu besuchen. Hier werden Sie von unserem Arzt durch jede Kräuterplantage geführt und bekommen deren medizinische Anwendungen erklärt. Es ist ein einzigartiges, interaktives Erlebnis für alle Altersgruppen.

События дня (понедельник)

Посещение травяного сада

Согласно Аюрведе, каждая часть растения, такая как лист, стебель, корень, плод или цветок, обладает определенными полезными лечебными свойствами.

Воспользуйтесь этой возможностью, чтобы посетить наш травяной сад в центре Аюрведы сегодня в 16:00, где вы наш врач сопроводит вас по всей травяной плантации и пояснит медицинские применения. Это уникальный активный опыт для всех возрастов.



Activity for the day (Tuesday)

Ayurveda Cooking Demo Class

Be part of a live demonstration of some simple and exciting homemade recipes curated in unison by our expert chefs and diet consultant. Healthy but easy to make dishes using the Ayurveda principles will be demonstrated in this 30 minutes session. During the session you will also be provided with the handouts of this mouthwatering recipes to practice back home.

The session be held in the Vapika restaurant today at 3 pm



Tagesprogramm (Dienstag)

Ayurveda Kochvorführung

Seien Sie Teil einer Live-Demonstration einiger einfacher und aufregender hausgemachter Rezepte, die von unseren erfahrenen Köchen und Diätberatern gemeinsam zusammengestellt wurden. In dieser 30-minütigen Vorführung werden gesunde, aber einfach zuzubereitende Gerichte nach den ayurvedischen Prinzipien vorgestellt. Während der Demonstration erhalten Sie auch die köstlichen Rezepte zum Üben für daheim.

Die Veranstaltung findet heute um 15:00 Uhr im Restaurant Vapika statt.

События дня (Вторник)

Аюрведический кулинарный демонстрационный класс

Будьте частью живой демонстрации некоторых простых и увлекательных домашних рецептов, создаваемых совместно нашими экспертами -шеф-поваром и диет консультантом. Здоровые, но легкие в приготовлении блюда с использованием принципов аюрведы будут продемонстрированы в течение этой 30-минутной сессии. Во время сеанса вам также будут предоставлены исходные материалы этих аппетитных рецептов, чтобы попрактиковаться.

Сессия состоится в ресторане «Вапика» сегодня в 15.00



THE NATTIKA BEACH

AYURVEDA RESORT

Activity for the day (Wednesday)

Ayurveda Museum trip

Fans of Ayurveda would be delighted to visit this museum which is steeped in history and heritage, recounting the evolution of the science from ancient to the contemporary times. For recent converts and doubters, the museum showcases classical treatment procedures and details of the toxic effects of food items or combinations on the body

The Trip will commence at 2:30 pm



Sitar Musical concert

Relish your dinner to the enchanting tunes of Sitar as the performers will leave you sublimed to the best of Indian classical ragas. The sitar musical night will be held today at the Vapika restaurant today starting from 7 pm onwards.



Tagesprogramm (Mittwoch)

Ausflug zum Ayurvedamuseum

Ayurveda-Fans können sich auf diesen Museumsbesuch freuen. Es wird die Geschichte und das Erbe der ayurvedischen Kultur und die Entwicklung der Wissenschaft von der Antike bis zur Gegenwart aufzeigt. Für Neulinge und Zweifler zeigt das Museum klassische Behandlungsverfahren und Details über die toxische Wirkung von Lebensmitteln oder Lebensmittelkombinationen auf den Körper.

Der Ausflug beginnt um 14:30 Uhr.

Sitar Musikkonzert

Genießen Sie Ihr Abendessen bei den bezaubernden Melodien der Sitar, während die Künstler Sie berauschen durch das Beste der klassischen indischen Ragas führen. Die Sitar-Musiknacht findet heute ab 19 Uhr im Restaurant Vapika statt.

События дня (среда)

Экскурсия по музею Аюрведы

Поклонники Аюрведы были бы рады посетить этот музей , шагающий глубоко в историю и наследие, рассказывая об эволюции науки от древних до современных времен. Для новичков аюрведы и сомневающихся в музее представлены классические процедуры лечения и детали токсического воздействия пищевых продуктов или комбинаций на организм.

Поездка начнется в 14:30

Концерт сitarной музыки

Наслаждайтесь своим ужином под очаровательные мелодии Ситара - наши музыканты доставят вам наслаждение от лучших индийских классических рагов. Музыкально-сitarный вечер будет проходить в ресторане Vapika по средам, начиная с 7 часов вечера.



Activity for the day (Thursday)

Tea time get together

We have organized a tea time get together in the evening today at 5 pm in our beach lounge. So, we hereby invite you all to catch up for a lovely evening over a cup of herbal hot beverages, fresh juices and some traditional titbits.

Tagesprogramm (Donnerstag)

Teatime

Wir haben heute Abend um 17:00 Uhr in unserer Strandlounge ein Teetreffen organisiert.

Deshalb laden wir Sie alle ein, bei einer Tasse Kräutertee, einem Glas frischem Saft und einigen traditionellen Leckerbissen einen schönen, gemeinsamen Abend zu genießen.

События дня (четверг)

Время коллективного чаепития

Мы организовали чаепитие сегодня вечером в 17:00 в нашем пляжном лаунже. Итак, мы приглашаем вас всех, чтобы провести прекрасный вечер за чашкой травяных горячих напитков, свежих соков и некоторых традиционных закусок.





Activity for the day (Friday)

Chef cooking demo class

Join our master Chef Joshy Sebastian today for a healthy cooking class, where he demonstrates quick and easy techniques of healthy cooking. During the session you will also be provided with the handouts of this mouthwatering recipes to learn & practice back home.

The session will be held in the vapika restaurant at 5 pm.

Tagesprogramm (Freitag)

Kochvorführung des Chefkochs

Besuchen Sie heute noch unseren Chefkoch Joshy Sebastian zu einem gesunden Kochkurs, in dem er schnelle und einfache Techniken der gesunden Küche demonstriert. Während der Sitzung werden Sie auch mit den Rezepten dieser köstlichen Speisen versorgt, die Sie zu Hause üben können.

Die Sitzung findet in unserem Restaurant "Vapika" um 17:00 Uhr statt.

События дня (пятница)

Кулинарный демонстрационный Мастер - класс повара

Присоединяйтесь к нашему шеф-повару Джоши Себастьяну сегодня для кулинарного Мастер - класса, где он демонстрирует быстрые и легкие методы здорового приготовления пищи. Во время сеанса вам также будут предоставлены исходные материалы этих аппетитных рецептов, чтобы попрактиковаться на родине.

Сессия состоится в ресторане «Вапика» в 17:00.





THE NATTIKA BEACH

AYURVEDA RESORT

Activity for the day (Saturday)

Back water trip at 2:15 pm. (Charges Rs. 2500 per person)

Enjoy the scenic beauty of the Kerala countryside. Lined with dense tropical greenery, it offers a glimpse into the rural life style of Kerala.



Classical Instrumental Music

Relax and enjoy the Indian Instrumental music while you savor a delicious dinner at the Vapika restaurant. The live classical instrumental music concert will be held today in the restaurant from 7 pm onwards.



Tagesprogramm (Samstag)

Backwatertrip um 14:15 Uhr. (Kosten: Rs. 2500 pro Person)

Genießen Sie die landschaftliche Schönheit Keralas. Mit dichtem tropischem Grün geziert, bietet sie einen Einblick in den ländlichen Lebensstil Keralas.

Klassische Instrumentalmusik

Entspannen Sie sich und genießen Sie die indische Instrumentalmusik, während Sie ein köstliches Abendessen im Restaurant Vapika genießen. Das Live-Konzert der klassischen Instrumentalmusik findet heute ab 19:00 Uhr im Restaurant statt.

События дня (суббота)

Водная прогулка начало в 14.15. (Стоимость тура 2500 рупий с человека)

Наслаждайтесь живописной красотой сельской местности Кералы. Ознакомьтесь с густой тропической зеленью, полюбуйтесь на деревенский стиль жизни в штате Керала.

Классическая инструментальная музыка

- расслабьтесь и наслаждайтесь индийской инструментальной музыкой, пока вы наслаждаетесь вкусным ужином в ресторане Vapika. Концерт живой классической инструментальной музыки состоится сегодня в ресторане с 19:00.