



Sri Lanka

Maggon  
Südwest  
küste

## Hiru Om Ayurveda Resort

Maggon: etwa 2 Autostunden vom Flughafen Colombo entfernt liegt das im Oktober 2022 eröffnete **Hiru Om Ayurveda Resort**. Als nun bereits dritte „Tochter“ des in der Nachbarschaft liegenden Mutterhauses „Hiru Villa“ verkörpert dieses Resort einen Ort der spirituellen Einkehr. Geschützte Ruhe in einem ca. 1 Hektar großen Garten mit altem Baumbestand, exotischer Pflanzen, Salzwasserpool, Ruheplätzen zur Kontemplation und Meditation und einzigartig - dem Bodhi-Baum - als besonderen Kraftort - einem Ableger des ca. 2000 Jahre alten Originals aus Anuradhapura, wechselt sich stimmig ab mit der Weitläufigkeit des direkt angrenzenden Privatstrandes, der nur über den Garten des Resorts erreichbar ist. Lassen Sie sich ein auf Ihre innere Einkehr und begegnen Sie sich selbst in dieser Oase der Ruhe. Deutschsprachige Gästebetreuung. Sehr gut geeignet für unsere alleinreisenden Gäste.

### Raumräume



12 - nach bewährter Hiru-Kreativität - individuell designte Zimmer zur Doppel- oder Alleinbelegung (ca. 38 qm) auf 2 Etagen - jedes mit kleiner Terrasse oder Balkon, Dusche/WC, Föhn, Telefon, Safe, Ventilator (Klimaanlage gegen Aufpreis), Moskitonetz und ayurvedische Pflegeprodukte, Bademantel, Yogamatte, WLAN (kein TV)

Individuelle auf Sie abgestimmte Ayurveda Vollpension nach ärztlicher Anweisung im rund gebauten, farbenfrohen und offenen Restaurant im Erdgeschoß. Die Mahlzeiten sind größtenteils vegetarisch oder max. mit weißem Fisch. Die Zutaten stammen soweit möglich aus dem hauseigenen Gemüsegarten.





## Ayurveda

Das Ayurveda Zentrum besteht aus 7 Behandlungsräumen. Im Hiru Om werden authentische Intensiv Ayurveda Reinigungskuren im Einklang mit der bewährten Hiru-Philosophie durchgeführt. Nach eingehender, ärztlicher Untersuchung wird Ihr individueller Behandlungs- und Speiseplan gemeinsam erarbeitet. Jeder Gast erfährt gemäß seiner regenerierenden Ayurveda Reinigungskur mit Panchakarma Elementen individuelle und ganzheitliche „Bekochung“ und Betreuung.

Behandlungen teilweise auch im Freien möglich (wie z.B. Blütenbad). Im exotischen Garten mit Yogapavillon werden die Yogastunden abgehalten. Meditation unter dem Bodhi-Baum fördert zusätzlich die innere Einkehr. Je nach Witterung steht auch im 1.Stock des Hiru Om der „runde Raum für spirituelle Aktivitäten“ für z.B. Asanas und Atemübungen zur Verfügung. Oder Sie bevorzugen Ihre Yogaübungen bzw. Meditation auf der eigens hierfür errichteten Yogaplattform direkt am Strand mit befreiendem Blick über das Meer.

Der Manager und Besitzer des Resorts spricht deutsch. Eine deutschsprechende Gästebetreuung und steht Ihnen jederzeit mit Rat & Tag zur Verfügung (auch zur Übersetzung bei der Anamnese). Akupunktur wird nach Rücksprache mit dem Ayurvedaarzt - gegen Aufpreis - zusätzlich angeboten.

## Freizeit

Im exotischen Garten steht Ihnen der Salzwasserpool und zahlreiche Ruheplätze zum Lesen, Träumen oder einfach nur Entspannen zur Verfügung. Der Privatstrand lädt zu Spaziergängen oder nur zum Relaxen ein.

Auf Wunsch steht Ihnen das Hiru Om Team jederzeit für kleinere Ausflüge in die Umgebung zur Verfügung. Es bietet sich z.B. immer an einen kleinen Ausflug zum nahegelegenen Fischerort Maggona, eine Tempelbesichtigung oder ein Ausflug zu den benachbarten Orten Kalutara und Beruwala mit dem Tuk-Tuk zu unternehmen. Eine weitere Möglichkeit sind vom Hotel organisierte Boots- und Inselfahrten.





### Schwesterhotels

Auf Wunsch können Sie Ihre Ayurvedakur auch auf die Hiru Hotels (Hiru Villa Maggona, Hiru Mudra Tagiru in Induruwa oder Hiru Beach in Kosgoda) aufteilen. Wir empfehlen den Wechsel erst nach der ersten Woche (nach der Reinigungswoche). Die Transfers zwischen den Resorts sind natürlich kostenlos. Wir erstellen Ihnen gerne ein individuelles Angebot.

Noch Fragen?

Rufen Sie an !

Wir beraten Sie gerne !

**Tel 0049 8193 950240**

### Das Besondere

Der Bodhi Baum verleiht diesem Ort eine besondere Kraft und Energie, die zusätzlich zu den Ayurveda Behandlungen zur Wiederherstellung der eigenen Balance unterstützend wirken kann. Spirituelle Aktivitäten wie z.B. die Limettenzeremonie (Reinigungsritual) runden das Erfahrungspaket des Hiru Om ab.

Im Hiru Om können zusätzlich - je nach Verfügbarkeit und nach Anfrage - Yoga-Einzelstunden genommen werden

Das Hiru Om Ayurveda Resort ist - wie alle Hiru Resorts - sehr gut geeignet für allein reisende Gäste.

