

«CEILONAS BRĪVDIENAS-AJŪRVĒDA»/ ŠRILANKA

Piedāvājums tiem, kas vēlas saņemt pilnu ekskursijas programmu un atpūtu okeana piekrastē ar ajūrvēdiskām procedūrām. 15 dienas brauciens individuāliem; 1108Ls+avio (min.720Ls).



1.diena - lidosta / Negombo (Waikkala) – 16 km (30 min.)

Sagaidīšana lidostā, transfērs uz Negombo. Izmitināšana pludmales viesnīcā. Atpūta pie okeāna. Vakariņas – zivju barbekju Gin-Oya restorānā, nakšņošana.



2.diena - Negombo (Waikkala)/ Habarana – 150 km (3 st. 15 min.)

Brokastis un izbraukšana no viesnīcas uz Habaranu. Pa ceļam apmeklēsiet Negombo zivju tirgu, izmitināšana viesnīcā Habaranā. Aptuveni plkst. 16.00 ekskursija uz Sigīrijas klinti, (UNESCO objekts). Vakariņas un nakšņošana.



3.diena - Habarana/ Polonnaruva /Habarana.

Habarana/ Polonnaruva – 70 km (1st.30 min.)

Brokastis un izbraukšana uz Polonnaruvu, salas viduslaiku galvaspilsētas apmeklēšana. Pēc tam atgriešanās viesnīcā. Pa ceļam apstāties Habaranā, kur pavizināsiet ziloņu mugurā. Vakariņas un nakšņošana viesnīcā.



4.diena - Habarana/Dambulla/Matale/Kandi.

Habarana/Matale – 71 km (1st.40 min.), Matale/Kandi -26 km (1 stunda).

Pēc brokastīm izbraukšana uz Kandi, pa ceļam Garšvielu dārza apmeklēšana Matalē un Dambullas senā budistu Alu Tempļa apmeklēšana (UNESCO objekts). Ierašanās Kandi un izvietošana viesnīcā. Vakarā ekskursija pa pilsētu un vietējo deju priekšnesumi. Vakariņas un nakšņošana viesnīcā.



5.diena - Kandi/ Peradenija/ Pinnavela/ Kandi. Kandi / Pinnavela – 38 km (1 st. 30 min.).

Pēc brokastīm ekskursija pa Peradenija Karalisko Botānisko Dārzu un Pinnavelas ziloņu audzētavas apmeklēšana. Atgriešanās viesnīcā, brīvais laiks ajūrvēdas procedūrām. Pievakarē Budas Zoba tempļa apmeklēšana (UNESCO objekts). Vakariņas un nakšņošana.



6.diena - Kandi/ Nuvara Elija -80 km (3 stundas)

Brokastis, izbraukšana uz Nuvara Eliju. Ceļā laikā apskatīsiet tējas plantācijas un apmeklēsiet tējas fabriku.

Ierašanās hotelī un izvietošana. Pēcpusdienā īsa ekskursija pa pilsētu Nuvara Elija. Vakariņas un nakšņošana.

7.diena- Nuvara Elija/ Horton Plains/Nuvara Elija. Nuwara Elija/Horton Plains – 60 km(1,5 st.)



Pēc brokastīm agri no rīta izbraukšana un pārgājiens kājām (8km) pa **Horton Pleins**, kas ir Šrilankas lielākais un izolētākais līdzenums. **Lūdzam uzvilkt ērtus un vieglus sporta apavus un apģērbu!** Bakers Falls ūdenskrituma apmeklēšana. Plašā, ar zāli aizaugušā paugurienē dzīvo dažas savvaļas dzīvnieku sugas, kas nav bīstamas, un daudz dažādi putni. Šaura taka pāri plato jūs aizvedīs līdz vietai, ko sauc par Pasaules malu, kur plato krasi beidzas, izveidojot 1050 m augstu krauju. Nogulieties uz vēdera un paskatieties caur kalnu grēdu: labos laika apstākļos skats ir vienkārši neapaprakstāms! Atgriešanās Nuvara Elija, vakariņas, nakšņošana.



8.diena- Nuwara Elija/Ella. Nuwara Elija/Ella – 66 km (2 stundas).

Brokastis, izbraukšana uz Dabas Parku Ella. Izmitināšana meža viesnīcā (Eco-lodge), brīvais laiks džungļos. Par papildus samaksu raftings, trekings, paraglaidings utt.

Vakariņas, nakšņošana.



9.diena – Ella/piekraste. Ella/piekraste –apt.100 km (3 st.).

Brokastis, izbraukšana uz okeāna piekrasti. Izvietošana viesnīcā Beruwela. Vakariņas un nakšņošana.

10.,11.,12.,13.,14.diena – okeāna piekraste.

Atpūta okeāna piekrastes viesnīcā ar All Inclusive.

programma.

- Pirmreizēja speciālista apskate
- Ajūrvēdiskā ķermeņa masāža (Therapy)
- Ajūrvēdiskā galvas masāža (therapy)
- Ajūrvēdiskā sejas masāža
- Ajūrvēdiskā tvaika pirts (Pinda Sweda & Nadi Sweda therapy)
- Ajūrvēdiskā ārstniecisko zāļu vanna

Rezultāts:

Ķermeņa barošanās uzlabošana

Dzīves ilguma pagarināšana

Vispārēja pašsajūtas uzlabošana

Slimību aizkavēšana, kas saistīta ar dažādiem orgāniem un ķermeņa daļām

Novecošanas procesa aizkavēšana

Vieglāka stresa pārvarēšana



Gremošanas problēmu aizkavēšana

5 dienu

(Snehana

(Shiro Abhvanaga



15.diena – piekraste/Kolombo/lidosta – no 85 km (1 stunda).
Brokastis un transfērs uz lidostu izlidošanai mājup.

Viesnīcu piedāvājums:

Negombo (Waikkala)	Dolphin Club	* * *
Sigiriya	Chaaya Village	* * *
Kandy	Suisse Residence	* * *
Nuwara Eliya	Galway Forest Lodge	* * *
Ella	Ella Adventure Park (Eco-Lodge)	
Beruwela	Tropical Villas	***+

Flights (option) – min. 720LVL (tax included):

BT 651 RIXLGW 17:05 17:55
UL 504 LHRCMB 21:25 13:30+1

UL 505 CMBLHR 02:15 08:45
BT 652 LGWRIX 18:40 23:20

Tūres cenā iekļauts:

- Sagaidīšana un pavadīšana lidostā (krievu valodā runājošs firmas pārstāvis)
- Naktsmītnes ar puspensiju (sākot ar vakariņām pirmajā dienā līdz brokastīm devītajā dienā); Tropical Villas – Viss Iekļauts
- Ajūrvēdiskā programma (5 dienas)
- Ieejas biļetes programmā paredzētajos apskates objektos
- Transfēri ar kondicionieri aprīkotā transportā
- Ekskursijas licencēta krievu valodā runājoša gida pavadībā
- Nacionālo deju šovs Kandi
- Suvenīrs aizbraucot
- Barbekju vakariņas Negombo
- Vizināšanās ziloņu mugurā Habaranā

Tūres cenā nav iekļauts:

- Stārptautiskais pārlidojums ar nodevam (**no 720Ls**)
- Atļauja fotografēt un uzņemt video
- Dzērieni un pusdienas
- Tējas nauda un ziedojumi
- Medicīniskā apdrošināšana
- Personīgie izdevumi