

«ЦЕЙЛОНСКИЕ КАНИКУЛЫ - АЮРВЕДА»/ ШРИ-ЛАНКА

Предложение для тех, кто желает получить максимум удовольствия: полная экскурсионная программа по острову и отдых на побережье в аюрведической гостинице. 15-дневный тур для индивидуалов; 1108LVL+ авиабилет (мин.720 Ls)



01 день, - аэропорт / Негомбо (Вайккала) – 16 км (30 мин)

Встреча в аэропорту, трансфер в Негомбо. Размещение в пляжной гостинице. Отдых на океане. Ужин – рыбное барбекю в ресторане Gin-Оуа, ночлег.



02 день, - Негомбо (Вайккала)/ Хабарана – 150 км (3ч. 15 мин.)

Завтрак и выезд из гостиницы на Хабарану. По пути посещение рыбного рынка в Негомбо. Размещение в гостинице в Хабаране. Около 16.00 экскурсия на гору Сигирия (UNESCO). Ужин и ночлег.



03 день, - Хабарана/Полоннарува/Хабарана.

Хабарана/Полоннарува – 70 км (1ч.30 мин).

Завтрак и выезд на Полоннаруву, посещение средневековой столицы острова. Возвращение в гостиницу. По дороге катание на слонах (45 мин). Ужин, ночлег в гостинице.



04 день, - Хабарана/Дамбулла/Матале/Канди.

Хабарана/Матале – 71 км(01ч.40 мин), Матале/Канди -26 км (01 час)

После завтрака выезд на Канди, по пути посещение Сада Пряностей в Матале и осмотр древнего пещерного буддистского храма Дамбулла(UNESCO).

Прибытие в Канди и размещение в гостинице. Вечером экскурсия по городу и шоу кандийских танцев. Ужин и ночлег в гостинице.



05 день, - Канди/ Перадения/Пиннавела/ Канди.

Канди /Пиннавела – 38 км(1 ч.30 мин).

После завтрака экскурсия по Королевскому Ботаническому Саду Перадения и посещение слоновьего питомника Пиннавела. Возвращение в гостиницу, свободное время для аюрведических процедур. Ближе к вечеру посещение Храма Зуба Будды (UNESCO). Ужин и ночлег.

06 день, - Канди/Нуvara Элия -80 км (03 часа)



Завтрак, выезд на Нувара Элию. По пути осмотр чайных плантаций и посещение чайной фабрики. Прибытие в отель и размещение. После полудня короткая экскурсия по городу Нувара-Элия. Ужин и ночлег.

07 день,- Нувара Элия/ Хортон плейнс/Нувара Элия.

Нувара Элия / Хортон Плейнс-60 км (1,5 часа).

Целодневная экскурсия в Концу Света на [плато Хортон](#)

Плейнс. *(Пожалуйста, оденьтесь для пешей прогулки, обувь должна быть спортивной!)*



После завтрака рано утром выезд и пеший поход (8 км) по Хортон Плейнс крупнейшему на Шри-Ланке и наиболее изолированному плато, с посещением водопада *Bakers Falls*. Широкая, заросшая травой возвышенность заселена несколькими видами диких, но неопасных животных, и множеством птиц. Узкая тропа через плато приведет вас к обрыву, называемому *Концом света*, где плато обрывается, образуя отвесный утес высотой 1050 метров. Опуститесь на землю и гляньте через горную гряду: в хорошую погоду вид потрясающий!

Возвращение в Нувара Элию, ужин, ночлег в гостинице.



08 день, -Нувара Элия/Элла. Нувара Элия/Элла– 66 км (2 часа).

Завтрак, выезд на природный парк Элла. Размещение в лесной гостинице (Eco-Lodge). Свободное время для прогулок по джунглям или занятий спортом. Ужин и ночлег.



09 день, -Элла/побережье. Элла/побережье – около 100 км (3 часа).

Завтрак, выезд на побережье. Прибытие в пляжную гостиницу, размещение. Ужин и ночлег.



10/11/12/13/14 день, - Берувела.

Отдых в гостинице по системе All Included и аюрведическими процедурами.

5-дневная программа.

- Первичный осмотр специалистом
- Аюрведический массаж тела (Snehana therapy)
- Аюрведический массаж головы (Shiro Abhvanaga therapy)
- Аюрведический массаж лица
- Аюрведическая паровая баня (Pinda Sweda & Nadi Sweda therapy)
- Аюрведическая травяная ванна

Результат:

Улучшение питания тела

Увеличение продолжительности жизни

Общее улучшение самочувствия





Предотвращение заболеваний, связанных с различными органами и частями тела
Замедление процессов старения
Снятие стресса
Предотвращение проблем с пищеварением

15 день, - побережье/Коломбо аэропорт—от 85 км (от 2ч 45 мин).
Завтрак, трансфер в аэропорт на вылет в Европу.

Предлагаемые гостиницы:

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

Стоимость тура включает:

- Встречу и проводы русскоговорящим представителем фирмы
- Размещение на базе полупансиона с ужина Дня 1 по завтрак Дня 9; **All Inclusive** в Tropical Villas
- Аюрведическую программу (5 дней)
- Входные билеты по программе
- Кондиционированный транспорт по маршруту
- Экскурсии в сопровождении лицензированного русскоговорящего гида
- Шоу национальных танцев в Канди
- Сувенир на прощанье
- Ужин барбекю в Негомбо
- Катание на слонах в Хабаране

Стоимость тура не включает:

- Международный авиаперелет и аэропортовые сборы (от 720Ls)
- Разрешение на фото- и видеосъемку
- Напитки и обеды помимо указанных в программе
- Чаевые и пожертвования
- Страховку
- Личные расходы

