



Tamarind Tree Garden Resort アーユルヴェーダパッケージ & アーユヨガパッケージ

オールインクルーシブのパッケージです。
チェックイン後にリゾート内でお金はかかりません。（任意でのチップは除きます）

【含まれるもの】

- ガーデンヴィラ（リビング＋ベッドルーム＋バスルーム）での宿泊
- 朝昼夕のお食事やハーブティ、飲用水など
- 毎朝のドクターによるコンサルテーション
- 毎日の内服用アーユルヴェーダハーブ（必要な人のみ）
- 毎日 午前、午後のアーユルヴェーダ トリートメント
- 毎日のヨガ（アーユルヴェーダパッケージは朝または夕方 1 回、アーユヨガパッケージは朝夕の 2 回）
- 毎日のアクティビティ（レクチャーやセラピーなど）

★6 泊以上滞在の方には、

アーユルヴェーダパッケージ：空港送迎・ニゴンボ市内ツアー・ラグーンボートツアー付き。

アーユヨガパッケージ：空港送迎及びニゴンボ市内ツアー付き。

【航空券について】

ご自身でご準備ください。以下にチケット購入方法等を掲載しております。

[航空券・気候・雨季乾季について | スリランカ アーユルヴェーダ渡航ガイド](#)

【渡航前のお願い】

現地で最大限の滞在効果を引き出すため、渡航前に日本窓口より、体調チェック等のアンケート実施（オンラインフォーマットにて）や、ご連絡を差し上げます。ご了承ください。

【安心して楽しんでいただくための日本窓口サポート】

渡航に関する疑問点や不安な点等は下記 FAQ をご確認ください、解決できない場合は日本窓口にご連絡ください。

[スリランカのアーユルヴェーダ滞在 | よくある質問（FAQ） | Tamarind Tree](#)

滞在中も緊急時などには日本窓口がサポートいたします。

【ご参考：滞在体験記事】

旅に恋する情報マガジン「LOVETABI」にて取材していただきました。

<https://lovetabi.com/column/asia/sri-lanka/81301.html>



日本窓口よりご挨拶

タマリンドツリー ガーデンリゾート 日本パートナー
SOAR LAB 主宰 中尾美奈子

私自身、アーユルヴェーダによって体調や生活が大きく変わり、人生の転機となりました。

その後、スリランカを何度も訪れながら様々なアーユルヴェーダ施設やホテルを見てきましたが、日本人にとって「本格的なアーユルヴェーダ」と「安心して過ごせる環境」の両方を兼ね備えた施設は意外と多くありません。

タマリンドツリー ガーデンリゾートは、空港から近く、おひとりでも滞在しやすい環境でありながら、本格的なアーユルヴェーダを体験できる施設です。

スリランカですので、日本のホテルのようにすべてが完璧に整っているわけではありません。しかし、私自身がスリランカ国内の様々なホテルやアーユルヴェーダ施設を見てきた中では、タマリンドツリー ガーデンリゾートは非常にバランスの取れた上質な施設だと感じています。

広々とした自然豊かな環境、温かく親しみやすいスタッフ、空港からのアクセスの良さ、そしてドクター達が翻訳アプリを使ってしっかりとコミュニケーションを取る日本人ゲストへの細やかな配慮。初めて訪れた時から私はこの場所に強く惹かれました。

また、日本のお客様の声を現地へ届けながら、より快適に滞在いただけるよう、サービスの改善にも継続的に取り組んでいます。日本人のお客様を大切にしたいという現地スタッフの想いはとても強く、私自身もその姿勢に信頼を寄せています。

忙しい毎日の中で、自分のことを後回しにしてしまう方にこそ、アーユルヴェーダという選択肢を知っていただけたら嬉しく思います。

この滞在が、皆さまにとって心身を整え、ご自身と向き合うきっかけとなれば幸いです。