

Gastein

Yogaherbst

QUELLE DER INSPIRATION



13. - 23.10.
2022

 **DORF
GASTEIN**

**HOF
GASTEIN**
Alpine Spa

**BAD
GASTEIN**


Namaste

Atmen Sie ein und führen Sie Asanas vor der Kulisse des Nationalparks Hohe Tauern aus.

Das Gasteinertal bietet traumhafte Yogaplattformen für Ihre Yogareise an & präsentiert sich als inspirierendes Reiseziel in den österreichischen Bergen. Hier wird Ihre Auszeit zum absoluten Highlight mit faszinierenden Yogaplätzen in der Natur.

Die Kurse finden in diversen Partnerhotels, in freier Natur und an öffentlichen Plätzen der drei Gasteiner Orte statt.

Dabei werden verschiedenste Yogastile gemeinsam mit erfahrenen, namhaften Yogalehrern praktiziert.

Yogakurse

Bei allen Indoor-Kursen in öffentlichen Räumen werden Yogamatten und Yoga Equipment von **Pierre Sports** bereitgestellt.

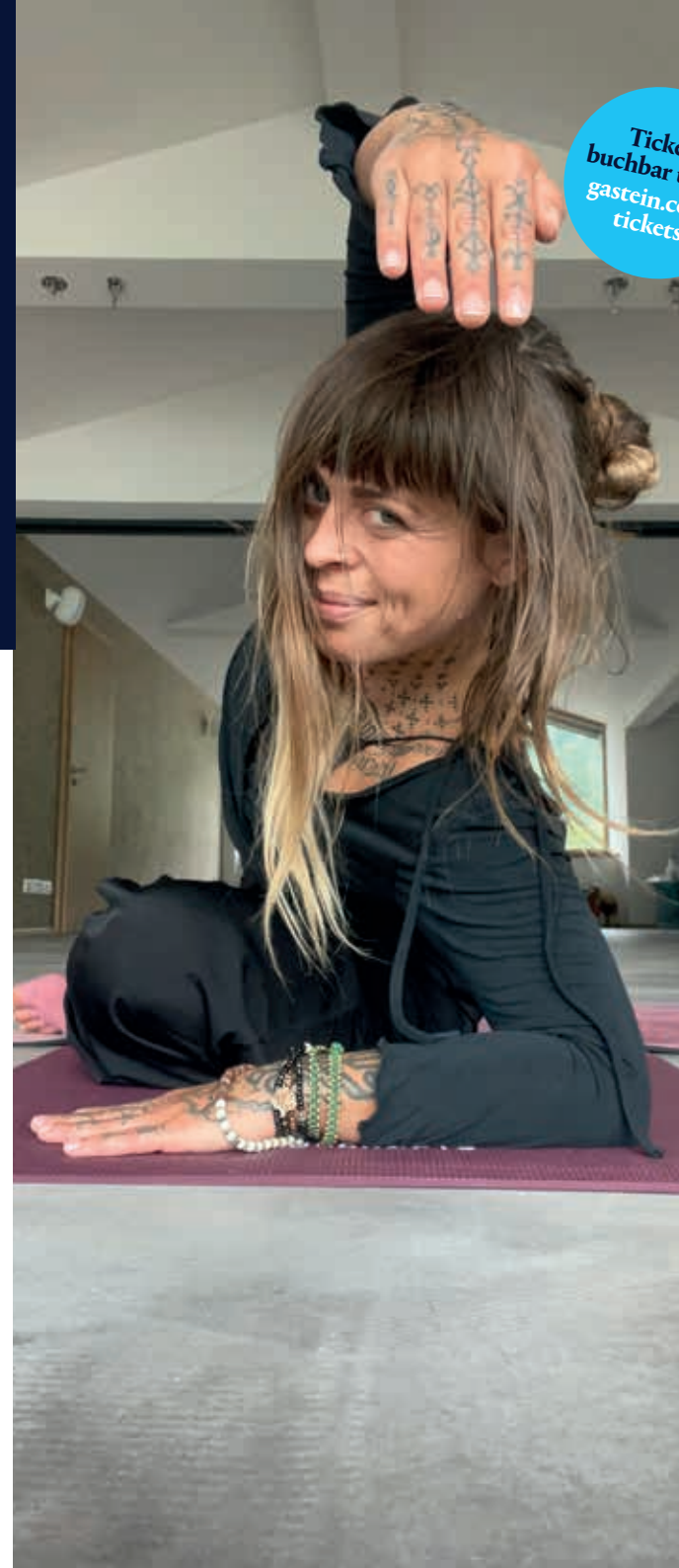
Grundsätzlich sind **alle Kurse** so gestaltet, dass individuell auf die Vorerfahrungen der TeilnehmerInnen eingegangen werden kann.

Spezielle Kurse für „**AnfängerInnen**“, also Menschen mit wenig oder keiner Yogaerfahrung, sind als solche gekennzeichnet.

Das Gleiche gilt für die Kurse für „**Fortgeschrittene**“. Diese setzen eine kontinuierliche, stabile und manchmal kraftvolle Yogapraxis voraus.

Some yoga classes are offered in **English** and are specifically identified in the programme.

Änderungen vorbehalten!



Tickets
buchbar unter
[gastein.com/
tickets](https://gastein.com/tickets)

Buchung, Tickets & Information

**Kur- & Tourismusverband
Bad Gastein**

T. +43 6432 3393 531

**Kur- & Tourismusverband
Bad Hofgastein**

T. +43 6432 3393 224

**Tourismusverband
Dorfgastein**

T. +43 6432 3393 413

oder online unter:

Web: yoga-gastein.com

E-Mail: yoga@gastein.com

Yogapauschalen

Yoga Partnerhotels bieten während der Yogatage in Gastein Pauschalen an.

Detaillierte Informationen zu den Angeboten finden Sie unter www.gastein.com und auf den Internetseiten der Hotels.

Laufende Updates auf
yoga-gastein.com

Yoga an besonderen Orten

Erleben Sie die heilenden Kräfte im Tal der Gesundheit. An den schönsten Plätzen, mitten in der Natur finden Yogis zur inneren Ruhe und tanken Kraft für den Alltag.



In den drei Orten Dorfgastein, Bad Hofgastein und Bad Gastein finden Yogakurse im Wald, am Berg oder am Wasser statt. Wohltuend und belebend.

Sportgastein

Ankommen, loslassen, gehen, staunen, Ruhe und Gelassenheit finden: Die kraftvolle Natur mitten im Nationalpark Hohe Tauern.



Yogaplattform Wasserfall

Umgeben von Bäumen und neben dem Rauschen des mächtigen Gasteiner Wasserfalls wird Yoga zum Naturerlebnis.



Gasteiner Heilstollen

Ein Yogaplatz der ganz besonderen Art. Mitten in den Tiefen der Tauern genießen Sie das besondere Heilklima mit wohliger Wärme, Luftfeuchtigkeit und Radon.

Schlossalm

Yoga am Berg mit einem imposanten Ausblick auf die Weite der umliegenden Bergwelt.



Stubnerkogel

Innere Einkehr, Naturmeditation und Yoga in Stille genießen. Lassen Sie los, seien Sie achtsam.



Angertal

Waldbaden – bewusst erlebtes Sein zwischen den grünen Riesen des Waldes. Einatmen, ausatmen an den Kraftplätzen des Tales.



Fulseeck

Die Kraftplatzwanderungen am Fulseeck auf 2.033 m Höhe sind ein Erlebnis für Körper, Geist und Seele.



Highlights

Marketplace

Eine kleine Auswahl an feinen Labels von Freitag 14.10. - inkl. Sonntag 16.10. im Kursaal in Bad Hofgastein

Pierre Sports

ist eine neue Belgische Marke, die nachhaltiges und design-freundliches Sport- und Yogazubehör kreiert. Unsere Vision? Wir wollen das Patagonia des Lifetime Sports werden.

Tayo Fashion

Fashion für ein aktives Lebensgefühl. Shop für stylisch funktionale Yoga & Activewear internationaler Hersteller.

Lounge Cherie

Fair Fashion von Lounge Cherie ist schön – und nachhaltig! Jedes Stück ist aus hochwertigen, natürlichen Materialien, mit Liebe designed, ressourcenschonend und fair in Europa produziert.

CHAI - STAND
HOT EARTH steht für Qualität und verarbeitet daher nur 100% natürliche Bio-Zutaten zu hochwertigen und einzigartigen Kreationen. Lass Dich verzaubern!
in Bad Hofgastein

VORTRAG Quelle der Inspiration: „Qi-Formel für mehr Achtsamkeit & Gesundheit“

AWAI CHEUNG

20.10.2022

Gesundheit, Wohlbefinden, Lebenskraft und geistige Klarheit gehören zu den sehnlichsten Wünschen der Menschen aller Kulturen. Wir wollen ein glückliches, zufriedenes Leben führen – in bester Gesundheit und voller Energie bis ins hohe Alter. Im Zeitalter der Digitalisierung, in dem sich die Arbeitsprozesse ändern und die Grenze zwischen Arbeit und Freizeit durch Homeoffice, Co-Working und Telearbeit

zunehmend aufweicht, ist die Stärkung von Körper, Geist und Seele wichtiger denn je. Die asiatischen Bewegungen, wie Tai Chi, Yoga und Qigong dienen dem Erhalt der Gesundheit und der Pflege der Lebenskraft. Sie zählt in Asien zu den hochgeschätzten Kulturgütern. In dem interaktiven Vortrag stellt Awai seine Qi Formel für mehr Achtsamkeit & Gesundheit vor. Du wirst begeistert sein!



15. & 16.10.
2022

BUDOKON

BDK Mixed Movement Arts Metamorphosis

Durch Mixed Movement Arts bringt Budokon Menschen mit einer tieferen Bestimmung als nur Bewegung zusammen und heißt passionierte Movers jedes Alters und Fähigkeit herzlich willkommen.

Es ist der Weg des Bushido. Die Reise, den eigenen inneren Krieger zu erkennen und mit innerem Frieden wahrzunehmen.
Workshops in E/DE

BDK Yoga

mit Melayne & Cameron Shayne

Learn how Budokon combines martial arts and yogic principles taught in the tradition of Budokon.

BDK Mobility & Free Form Movement

mit Melayne & Cameron Shayne

This workshop explores the dynamic body/mind connection of human awareness and free form movement.

BDK Yobility (Mobility & Yoga)

mit Melayne Shayne

Budokon Yobility is a signature practice integrating Budokon Yoga and Mobility transitions into one seamless expression of movement, offering a distinct and systematic practice.

Mind Science

mit Cameron Shayne

Join the founder of the Mixed Movement & Living Arts System BUDOKON for a thought provoking conversation on radical honesty.

Highlights

Opening Ceremony - Trance Dance Ritual

14.10.2022

ANNEMARIE VENUSFREQUENCY & PHILIPP STRASSER & RÄUCHERRITUAL MIT FIA SONORA

Ein intensives, heilsames & reinigendes Tanzritual, das über die Vorstellung von Raum und Zeit geht. Im Neo Shamanic TranceDanceRitual lassen wir los. Wir tauchen ein in die tiefere Realität unserer Seele. Befreit von unseren Selbst-Urteilen und Vorstellungen öffnet sich ein neuer Raum, Inspirationen und neue Möglichkeiten finden ihren Platz.

Das TranceDanceRitual führt uns durch verschiedene Phasen von Anspannung und Entspannung, von Bewegung und Ruhe, von großer Kraft und zarter Sanftheit, von intensiver Ausgelassenheit zu einer friedvollen Stille. Befreie deinen Geist. Öffne dich für Intuition und Vision. Genieße Ekstase aus dir heraus.

MASSAGE mit Christian Kleffner

13. - 18.10. in Bad Hofgastein
20. - 23.10. in Bad Gastein

Die Massagen von Christian Kleffner sind dynamisch und ganzheitlich - kraftvoll bis feinstofflich. Er kombiniert verschiedene Heilmassagen, wie die Hawaiian Healing (Lomi Lomi Nui), Craniosacral Therapie und Akupressur. Seine Massagen wirken

auf den gesamten Körper, regulieren die Organe und das vegetativen und zentrale Nervensystems. Lass dich fallen, dehnen, wiegen und rhythmisch bewegen. Ideal nach Yoga und zum Wohlfühlen.

Ayurvedische Ernährung & Lebensweise im Alltag

21.10.2022

RASHMI ZIMBURG, www.chezrush.com, Workshop in E/DE

Dieser Workshop führt die Teilnehmer in eine praktische Erfahrung ein, um die Verwendung von Ayurveda in Ihren täglichen Mahlzeiten und einfachen täglichen Schichten zu entmystifizieren, die sich nachhaltig auf Ihre Verdauung, Ihren Schlaf und Ihr emotionales Wohlbefinden auswirken können.

This workshop introduces the participants to a hands-on experience for de-mystifying the use of Ayurveda in your daily meals and simple daily shifts that can have a lasting impact on your digestion, sleep and emotional well-being.

Closing Yoga on Beat

23.10.2022

FIA SONORA

Yoga zum Rhythmus moderner Musik. Lass uns den Yoga Herbst gemeinsam mit einem

fließenden & spielerischen Yogaflow zum Takt der Musik verabschieden!



www.satyaa-pari.com

Satyaa & Pari

Satyaa und Pari trafen sich in Indien in den Neunzigern und seitdem teilen sie ihre gemeinsame Liebe und Leidenschaft für Sacred Music, Heilung und Satsang an vielen Orten der Welt.

Mann und Frau, Shiva und Shakti, Krishna und Radha, Yin und Yang, sie sind eine freudige Quelle der Inspiration, des Antriebs und des Mut, das zu sein und zu leben, was wir sind! Egal welchen Glaubens, welcher Herkunft, wir sind essentiell alle eins und dasselbe.

SAMSTAG

22.10.

ab 20.00 UHR

Wiener Saal,
Grand Hotel de l'Europe
Bad Gastein

Eintritt bei freier Spende
am Eingang,

Anmeldung erforderlich!



Alle Details zu den
Yogaeinheiten
und Workshops unter
[gastein.com/
tickets](https://gastein.com/tickets)

Yogahotels Bad Hofgastein



Das Alpenhaus Gasteinertal

Bad Hofgastein

Kurgartenstraße 26
5630 Bad Hofgastein
+43 6432 6356
www.alpenhaus-gastein.at



Design Hotel DAS.GOLDBERG

Bad Hofgastein

Haltestellenweg 23
5630 Bad Hofgastein
+43 6432 6444
www.dasgoldberg.at



Hotel BLÜ

Bad Hofgastein

Kaiser-Franz-Platz 1
5630 Bad Hofgastein
+43 6432 6230
www.hotelblue.at



Impuls Hotel Tirol

Bad Hofgastein

Gründlandstraße 5
5630 Bad Hofgastein
+43 6432 6394
www.hoteltirol.at



Verwöhnhotel Bismarck

Bad Hofgastein

Alpenstraße 4-6
5630 Bad Hofgastein
+43 6432 6681
www.hotel-bismarck.com



Hotel Österreichischer Hof

Bad Hofgastein

Kurgartenstraße 9
5630 Bad Hofgastein
+43 6432 6216
www.oehof.at



Sendlhofer's

Bad Hofgastein

Pyrkerstraße 34
5630 Bad Hofgastein
+43 6432 38380
www.sendlhofers.com



Hotel Norica Therme im Österreichischen Hof

Bad Hofgastein

Kaiser-Franz-Platz 3
5630 Bad Hofgastein
+43 6432 8391
www.thermenhotels-gastein.com



Hotel Völserhof

Bad Hofgastein

Pyrkerstraße 28
5630 Bad Hofgastein
+43 6432 8288
www.voelserhof.com

Yogahotels Bad Gastein



Alpine Spa Hotel Haus Hirt

Bad Gastein
Kaiserhofstraße 14
5640 Bad Gastein
+43 6434 27970
www.haus-hirt.com



Hotel Miramonte

Bad Gastein
Reitlpromenade 3
5640 Bad Gastein
+43 6434 25770
www.hotelmiramonte.com



CESTA GRAND Aktivhotel & Spa

Bad Gastein
Miesbichstraße 20
5640 Bad Gastein
+43 6434 25260
www.cesta-grand-hotel.com



MONDI Hotel Bellevue Gastein

Bad Gastein
Karl-Heinrich-Waggerl-Straße 9
5640 Bad Gastein
+43 6434 60060
www.mondihotels.com



HAPIMAG Kaiserhof

Bad Gastein
Kaiserhofstraße 6
5640 Bad Gastein
+43 6434 300 20
www.hapimag.com



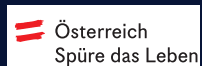
Hotel und Kurhaus Villa Excelsior

Bad Gastein
Reitlstraße 20
5640 Bad Gastein
+43 6432 21350
www.villa-excelsior.at



Alle Details zu den
Hoteleinheiten
unter
[gastein.com/
tickets](http://gastein.com/tickets)

Gastein



 [visitgastein](#)

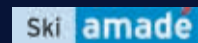
 [gasteinurlaub](#)

Gastein Tourismus

Gasteiner Bundesstraße 367

5630 Bad Hofgastein, Österreich

T. +43 6432 3393 0, info@gastein.com



gastein.com