



Yogatage auf Rekordkurs – noch mehr Angebote und internationale Yogastars

Yogafrühling Gastein - Atme die Berge von 24. Mai bis 5. Juni 2017

Wenige Wochen vor dem Start von „Yogafrühling Gastein - Atme die Berge“ steuern die Gasteiner Yogatage auf einen neuen Rekord zu. 40 Yogalehrende leiten über 350 Kurseinheiten und 20 Hotels aus den drei Gasteiner Tourismusgemeinden Bad Gastein, Bad Hofgastein und Dorfgastein bieten ihren Gästen Yogakurse im eigenen Haus an.

Auch im internationalen Vergleich ist Gastein als Yogadestination mittlerweile ganz oben angelangt. „Die Yogatage Gastein sind in Hinblick auf Umfang und Vielfalt des Programms mit zwei Terminen pro Jahr zur größten Yoga-Veranstaltung Europas herangewachsen“, erklärt Organisatorin Elfi Mayr. „Immer mehr erstklassige Yogalehrende nutzen Gastein, um neue Trends vorzustellen und so können wir wiederum unseren Gästen immer wieder Neues bieten. Yoga im Gasteinertal ist einfach einzigartig.“

Yogaweltstars im Gasteinertal

Unter den zahlreichen Top-Yogalehrenden sind heuer auch einige Stars der internationalen Yogaszene. Einer der weltweit bekanntesten Yogalehrer Young Ho Kim, der das größte Yogastudio in Europa in Frankfurt leitet, hat seine „diamond yoga conference“ ins Yogatal Gastein verlegt. Die Schauspielerin Natalie Alison („Sturm der Liebe“), die mittlerweile auch als innovative Yogalehrerin große Erfolge feiert, wird ebenfalls mehrere Einheiten leiten.

In der Natur – im schönsten Yogastudio der Welt

Der wahre „Star“ von Yogafrühling Gastein ist aber schon jetzt an Ort und Stelle: Die unvergleichliche Bergkulisse des Nationalparks Hohen Tauern, die mystischen Plätze nahe des Gasteiner Wasserfalls, der Gipfel des Stubnerkogels und andere Juwelen aus dem ‚Schatzkästchen‘ Gasteinertal sind ein ebenso wichtiger Teil des Yogaerlebnisses wie die Übungen selbst. „Unsere Gäste schwärmen davon, dass sie hier im schönsten Yogastudio der Welt sind“, so Franz Naturner, Geschäftsführer der Gasteinertal Tourismus GmbH. „Und jeder, der einmal eine der zahlreichen Yogastunden in der freien Natur besucht hat, weiß, dass sie damit recht haben.“

Programmhilights

Yoga und meditatives Gehen öffnen alle Sinne, Atemübungen am Wasserfall befreien die Lungen, die Gischt erfrischt die Haut – ein Gesamterlebnis, das niemanden unberührt lässt und das sich auch messbar auf den Körper auswirkt. Der Blutdruck sinkt und die Muskeln entspannen sich. „Eine Yogastunde am Morgen auf dem Gipfel des Stubnerkogels mit Blick auf zahllose Dreitausender oder am Abend auf der Yogaplattform neben dem weltberühmten Gasteiner Wasserfall ist eine absolute Bereicherung“, so Elfi Mayr.

Meditation und Entspannung im Berginneren

Weltweit einzigartig ist eine Einfahrt in den **Gasteiner Heilstollen** kombiniert mit Meditations- und Entspannungsübungen. Diese verstärken die bekannten schmerzlindernden und regenerativen Effekte des Heilstollens. Loslassen, in sich kehren und Körper, Geist und Seele in Balance bringen sind die Schwerpunkte dieser Einheit.

Alpenkräuter und Ayurveda - Lass Natur Deine Nahrung sein

Wer sich für Yoga interessiert, dem ist auch gesunde Ernährung wichtig. Im Rahmen von Yogafrühling Gastein werden Kräuter- und ErnährungsexpertInnen sowie eine Ärztin aus dem reichen Schatz der Natur berichten: Kräuterwanderungen, Duftmeditationen und ayurvedische Ernährungstipps, die auch mit regionalen und saisonalen Produkten umsetzbar sind, ergänzen das Yogaprogramm perfekt.

Große Vielfalt - Yogastile von A bis Z

Das Besondere bei „Yogafrühling Gastein - Atme die Berge“ ist: Alle Gäste können einzelne oder mehrere Veranstaltungen täglich in den Yoga-Partnerhotels oder an öffentlichen Plätzen besuchen, ihr eigenes Programm aus den verschiedensten Yogastilen - von Anusara-Yoga über Forrest Yoga, Pool Yoga oder Zen-Meditation – zusammenstellen und so mit neuen Ideen und Erfahrungen aus dem Urlaub in das Alltagsleben zurückkehren.

Yogafrühling Gastein im Paket

Das Paket „Yogafrühling Gastein - Atme die Berge“ ist in den insgesamt 33 Partnerbetrieben zwischen dem 24. Mai und 5. Juni 2017 buchbar. Inkludiert ist ein 7-Tages-Yogapass, der an aufeinanderfolgenden Tagen für Yogaeinheiten auf öffentlichen Plätzen gültig ist. Sieben Übernachtungen kosten mit Frühstück ab 330 Euro, mit Halbpension im 3-Stern-Hotel ab 428 Euro und im 4-Stern-Hotel ab 582 Euro.

Vier Übernachtungen inklusive 3-Tages-Yogapass kosten mit Frühstück ab 190 Euro, mit Halbpension im 3-Stern-Hotel ab 246 Euro und im 4-Stern-Hotel ab 334 Euro.

Nähere Informationen und das buchbare Paket unter www.yoga-gastein.com

Kontakt:

Konzeption, Programmgestaltung und Pressebetreuung

Mag. Elfi Mayr | YOGA GUIDE
Tel: +43 676 542 39 10
e.mayr@yogaguide.at

Marketing und PR

Stephanie Gschwandtner, BA
Gasteinertal Tourismus GmbH
Tel: +43 6432 3393-113
stephanie.gschwandtner@gastein.com

Yogafrühling Gastein - Atme die Berge auf einen Blick

Vom 24. Mai bis 5. Juni 2017 in Bad Gastein, Bad Hofgastein und Dorfgastein www.yoga-gastein.com

Programmschwerpunkte

- Meditation und Entspannung im Gasteiner Heilstollen
- Hatha-Yoga für einen gesunden Rücken
- Schlank & Fit mit Detox-Yoga
- Yin-Yoga & Faszientraining
- Yoga nach den Prinzipien der Spiraldynamik®
- Sonnengruß-Spezial
- Aerial Yoga (Fliegendes Yoga)
- Partneryoga (Yoga-for-Two)
- Poolyoga (Yoga im Wasser)
- Pranayama (Atemtechniken), Meditation & Yoga
- Mentales Stressmanagement nach The Work®
- Yoga & Tanzen | Nia
- Meditatives Wandern zu Gasteiner Kraftplätzen
- Sunset Yoga auf den Gipfeln der Hohen Tauern
- Yoga & Meditation am Wasserfall
- Alpenkräuter & Ayurveda | Kräuterwandern & Kräuterlunch
- Duftmeditation, Alpenkräuter & TCM

Partnerhotels mit eigenem Yogalehrer im Haus:

Bad Hofgastein

- Verwöhnhotel Bismarck | www.hotel-bismarck.com
Das Goldberg | www.dasgoldberg.at
Hotel Norica Therme | www.thermenhotels-gastein.at/de/norica
Österreichischer Hof | www.oehof.at
Hotel Astoria Garden | www.thermenhotels-gastein.at/de/astoria
Klammer's Kärnten | www.hotel-kaernten.com
Palace Gastein | www.kurhotelpalace.at
Vier-Jahreszeiten-Hotel St. Georg | www.stgeorg.com
Thermenhotel Sendlhof | www.sendlhof.at
Impuls Hotel Tirol | www.hotel-tirol.at
Hotel Rauscher & Paracelsus | www.hotel-rauscher.com
Hotel zum Stern | www.zumstern.com
Der Salzburger Hof | www.hotel-salzbürgerhof.com
Appartementhaus Gastein | www.appartementgastein.com
Das Alpenhaus Gasteinertal | www.alpenhaus-gastein.at

Bad Gastein

- Alpine Spa Hotel Haus Hirt | www.haus-hirt.com
Hotel Miramonte | www.hotelmiramonte.com
Villa Excelsior | www.villa-excelsior.at
Hotel Alpenblick | www.alpenblick-gastein.at
Cesta Grand Aktiv Hotel | www.cesta-grand-hotel.com

Vorschau

Yoga Herbst Gastein – Quelle der Inspiration

Termin: 20. – 29. Oktober 2017

Laufende Updates www.yoga-gastein.com

TANZ:FEST Gastein

Termin: 6. – 9. Juli 2017

Infos unter www.gastein.com