

PRESSEMITTEILUNG

Yoga inmitten verschneiter Bergidylle – „Namasté im Schnee“ in der Olympiaregion Seefeld, Tirol



© Olympiaregion Seefeld

Olympiaregion Seefeld, 26. September 2018 Entschleunigung während der Vorweihnachtszeit – vom **16. bis 22. Dezember 2018** lädt die Olympiaregion Seefeld in Tirol zu den regenerierenden **Yoga- und Naturtagen unter dem Motto „Namasté im Schnee“** ein. Vor beeindruckenden Alpenpanoramen lässt sich durch ein vielfältiges Angebot an Meditations- und Yogaeinheiten Stress abbauen, neue Kraft tanken und die innere Balance wiederherstellen.

Neue Energie dank Yoga im Schnee

Vor den Weihnachtsfeiertagen ist der Körper häufig Stress und Hektik ausgesetzt: zu viele Dinge müssen in zu kurzer Zeit erledigt werden. Die Olympiaregion Seefeld, das sonnige Herz der Tiroler Alpen, bietet mit ausgedehnten Yogaeinheiten im Schnee kurz vor den Feiertagen ein entspannendes Kontrastprogramm. Inmitten verschneiter Wald- und Wiesenlandschaften führen international renommierte Yogalehrer, darunter Mag. Alexandra Pfeiffer und Lisa Looping, interessierte Teilnehmer durch ein fünftägiges Programm, das Achtsamkeits-, Atem- und Meditationsübungen bereithält. Dabei werden unter anderem Anusara- und Vinyasa-, sowie Hula-Hoop- und Ashtanga- Kurse angeboten. Den Ausklang der Yoga- und Naturtage bildet die Sonnenwendfeier mit gemütlichem Lagerfeuer.

SEEFELD | LEUTASCH | MÖSERN-BUCHEN | REITH | SCHARNITZ

Tourismusverband Seefeld | Klosterstraße 43 | 6100 Seefeld | Austria | +43 508800 | region@seefeld.com | www.seefeld.com





Beim Waldbaden in die schneebedeckte Natur eintauchen

Ein weiteres Highlight der Yoga- und Naturtage: Die Teilnahme am Waldbaden mit Naturcoach Verena Hiltpolt. Waldbaden ist ein meditativer Gang durch die Forstgebiete, der die Gesundheit und das Wohlbefinden fördern soll, indem er den Menschen zurück zur Natur führt. Inmitten der verschneiten Wälder ist das Eintauchen in die Natur ein Erlebnis für alle Sinne, das eine erholsame Auszeit zum urbanen Leben darstellt.

Weitere Informationen zu „Namasté im Schnee“ sowie das Programm finden Sie unter www.seefeld.com.

Unter dem folgenden Bilderlink können Sie das honorarfreie Bildmaterial herunterladen
(© Olympiaregion Seefeld): <https://cloud.biss-pr.de/s/e8AVKRxoTHK8Pol>

Die Olympiaregion Seefeld, auf einem nach Süden hin offenen Hochplateau auf 1.200 Metern Seehöhe, umrahmt vom Naturpark Karwendel, dem Landschaftsschutzgebiet Wildmoos, dem Wettersteingebirge und der Hohen Munde, umfasst fünf Orte: Seefeld, Leutasch, Reith, Scharnitz und Mösern/Buchen. Im Herzen der Alpen gelegen, bietet die Region ein unerschöpfliches Freizeitangebot im Winter wie im Sommer: Mit 247 Loipen- und 34 Pistenkilometern ist Seefeld ein wahres Paradies für Langlauf- und Ski-Begeisterte. Neben 650 km Wanderwege, 142 km geräumten Winterwanderstrecken, 266 km Lauf- und Nordic-Walking-Routen sowie 570 km Rad-, E-Bike- & Mountainbike-Wegen bietet die Region zudem ein breites Sommer-Sportangebot in einer gesundheitsfördernden Lage.

Pressekontakt:

BISS PR - PUBLIC RELATIONS MIT BISS

Roaya El Tahwy | Natalie Hurthe

+49 30 809 33 31-07

r.eltahwy@biss-pr.de

n.hurthe@biss-pr.de

www.biss-pr.de