

## Yoga- & Naturtage in der Olympiaregion Seefeld in Tirol

Komm zum OM | 19. - 24. Juni 2017  
Namasté im Schnee | 19. - 22. Dezember 2017

### Sport & Spirit – und garantiert kein Stress



Die Yoga- und Naturtage in Seefeld und Leutasch locken rund um die Sommer- und Wintersonnenwende mit einer außergewöhnlichen Verbindung von Sport, Yoga und Antistress-Programmen in der wunderschönen Naturlandschaft der Olympiaregion.

Für Urlaub im wildromantischen Karwendel- und Wettersteingebirge gibt es immer genügend gute Gründe. Und in diesem Jahr sogar noch mehr: Bei den „Yoga- und Naturtagen in der Olympiaregion Seefeld in Tirol“ können Gäste die eindrucksvolle Gebirgswelt in ganz neuer Weise erleben. Komm zum OM und Namasté im Schnee - Kraft tanken, dem Körper Gutes tun und Geist und Seele zur Ruhe kommen lassen, lautet das Motto. Mit einer breiten Palette von Yogakursen, einem darauf abgestimmten sportlichen Angebot, Antistress-Programmen, besonders gesundem Essen und zahlreichen Aktivitäten in der Natur sind perfekte Voraussetzungen gegeben, dass das auch bestens funktioniert.

„Bei den Yoga- und Naturtagen werden unsere Gäste die Region und ihre Schönheiten in ganz neuer und besonders intensiver Weise genießen“, erklärt Geschäftsführer des Tourismusverbands Mag. Elias Walser. „Die grandiose Bergwelt, die frische Luft und die Weite unserer Landschaft sollen nicht nur die schöne Kulisse für ein abwechslungsreiches Ferienprogramm sein, sondern erlebter und erspürter Teil eines unvergesslichen Urlaubs werden.“

**Komm zum Om | 19. - 24. Juni & Namasté im Schnee | 19. - 22. Dezember 2017**

Als Zeiten für die Yoga- und Naturtage in der Olympiaregion Seefeld wurden die Tage um die Sommer- und die Wintersonnenwende gewählt - markante und spirituell wichtige Punkte im Jahreskreis, zu denen

SEEFELD | LEUTASCH | MÖSERN-BUCHEN | REITH | SCHARNITZ

die Menschen schon seit grauer Vorzeit die Kraft der Natur besonders eindrucksvoll erleben. Hinter den Slogans „Komm zum Om“ im Sommer und „Namasté im Schnee“ wurde ein vielseitiges Programm gestaltet, das die Schönheiten des klassischen Bergurlaubs mit Yoga, Ayurveda, Meditation und Entschleunigung verbindet. Unter der Anleitung bekannter, sehr erfahrener Yogalehrender aus Deutschland, Österreich und der Schweiz finden die Programme in je drei Unterkunftsbetrieben in Seefeld und Leutasch statt.

Von klassischen Yogaformen über sehr naturverbundene Stile wie z. B. dem in den vergangenen Jahren sehr populär gewordenen Waldyoga bis hin zu Detoxiyoga oder dem fitnessorientierten Pilates wird dabei jeder das für ihn bzw. sie Passende finden. Einer der renommiertesten europäischen Yogalehrer, der Schweizer Remo Rittiner, wird Kurse in Ayuryoga leiten, bei denen Yogaübungen mit Erkenntnissen aus der Gesundheitslehre des Ayurveda verbunden werden. Yogalehrer und Ayurvedakoch Volker Mehl, der mit 60.000 verkauften Büchern einer der erfolgreichsten deutschsprachigen Ayurveda-Autoren ist, wird Yin-Yoga-Klassen leiten und darüber hinaus gibt er in mehreren Workshops ayurvedische Kochtipps.

Ein besonderer Programmhöhepunkt wird die Sommersonnenwendfeier sein, mit der an regionale und fernöstliche spirituelle Traditionen angeknüpft werden soll. „Ein leitender Gedanke für unser Programm war, dass wir uns keinesfalls auf ausgetretenen Pfaden bewegen wollen“, so Walser. „Wer seinen Urlaub so wie immer verbringen möchte, wird wohl nicht fündig werden. Für Menschen, die ein Urlaubserlebnis wie noch nie genießen möchten, sind die Yoga- und Naturtage in der Olympiaregion Seefeld wie geschaffen.“

## Yoga- und Naturtage in der Olympiaregion Seefeld/Leutasch | Tirol

„Komm zum OM“ | 19. - 24. Juni 2017

„Namasté im Schnee“ | 19. - 22. Dezember 2017

### Wie kann ich teilnehmen?

#### Wählen Sie Ihr Package in einem der yogaspezialisierten Unterkunftsbetriebe:

Pension Aufatmen, Alpenhotel Karwendel, Biohotel Leutascherhof, Hotel Klosterbräu & SPA, Krumers Alpin Resort Hotel & SPA, Natur & Spa Hotel Lärchenhof

#### Tourismusverband Seefeld

Heilbadstraße 827

6100 Seefeld

[region@seefeld.com](mailto:region@seefeld.com)

[www.seefeld.com/yoga](http://www.seefeld.com/yoga)

#### Konzeption, Programmgestaltung & Pressebetreuung

Mag. Elfi Mayr | YOGA GUIDE

Tel: +43 676 542 39 10

[e.mayr@yogaguide.at](mailto:e.mayr@yogaguide.at)

[www.yogaguide.at](http://www.yogaguide.at)