

PRESSETEXT

Yoga Flows im Kufsteinerland

Am 25. Juli und darüber bietet die Region hinaus Yogasessions unter freiem Himmel

Auch wenn viele Festivals und Veranstaltungen zur Zeit abgesagt sind und auch die yoga.tage im Kufsteinerland auf 2021 verschoben wurden, sollten sich Yogabegeisterte den 25. Juli 2020 dick und fett im Kalender markieren, ihre sieben Sachen packen und an diesem Tag ins Kufsteinerland pilgern. Die drei Workshops am Gipfel des Brenenjochs, am Ufer des Thiersees und auf der Festung Kufstein liefern jede Menge positive Sinneseindrücke und Energie unter freiem Himmel.

Los geht es am 25. Juli um 7:30 Uhr in der Früh-Session mit Melanie Stege im Strandbad am Thiersee. Sanfte Dehnungen sollen die Müdigkeit vertreiben und geistige und körperliche Agilität für den restlichen Tag fördern. Um 9 Uhr steht das Element Luft - auf 1.200 Metern Höhe am Brenenjoch - im Mittelpunkt. Mit von Monika Egger angeleiteten Asanas und Atemübungen erforschen die Teilnehmer*Innen die Zusammenhänge zwischen Atmung und Bewegung und genießen dabei die nachhaltigen Effekte, wenn die eigenen Gedanken zur Ruhe kommen. Beim dritten Workshop auf der Festung Kufstein wird ab 14 Uhr Yoga Flow mit Caroline Florschütz zelebriert. Der geschmeidige, fast tänzerische Yoga-Stil auf Basis der Sonnen- und Mondgrüße fördert mit seinen dynamischen Bewegungsabläufen im Rhythmus der Atmung, dass der Körper wieder stark als auch beweglich sowie der Kopf frei wird.

Die Teilnahme an den drei Sessions ist kostenlos, das Liftticket zum Brenenjoch und der Eintritt in die Festung Kufstein sind nicht inkludiert. Die Anmeldung sind bis zum 24. Juli per Mail an k.martini@kufstein.com möglich, bei schlechtem Wetter entfallen die Workshops, dafür gibt es am 8. August einen Ersatztermin.

Aber auch über den 25. Juli hinaus finden Urlauber und Gäste im Kufsteinerland regelmäßige Yoga-Angebote in den zahlreichen Hotels und Yogastudios. Auf der Homepage der Region www.kufstein.com sind diese im Menüpunkt „Natur & Aktiv“ abrufbar. So finden zum Beispiel ab dem 18. Juli bis 12. September im 14tägigen Rhythmus Morgenfahrten um 6 Uhr mit dem Kaiserlift zum Brenenjoch statt, wo man in der kristallklaren Luft und den Blick zur aufgehenden Sonne gerichtet, mit einer kostenlosen Yogastunde das Wochenende starten kann.

Die yoga.tage 2021 – ein kurzer Ausblick

Ein besonderer Genuss sind selbstverständlich die jährlichen yoga.tage, die 2021 vom 23. – 25. Juli wieder stattfinden. Drei Tage mit 30 Yoga-Events aller Stilrichtungen an ausgewählten Kraftorten im Kufsteinerland, angeleitet von einheimischen und internationalen Yoga-Größen, lassen schon jetzt Vorfreude aufkommen. Das Kombiticket für alle drei Veranstaltungstage kostet 165,00 Euro und ist online unter www.yoga-tage.at erhältlich.

2.775 Zeichen

Kufsteinerland

Das Kufsteinerland ist das „Tor der Tiroler Alpen“: Als zugänglichster alpiner Lebensraum bietet die Region eine einzigartige Mischung aus Tradition und Moderne, Natur und Wellness, Kultur und Events sowie Sport und Kulinarik. Eingebettet in intakte Natur steht das Kufsteinerland für aktiven Urlaub, in dem trotzdem Raum für Erholung und Stille ist. Jung und Alt, Klein und Groß können gleichermaßen aus Urlaubsaktivitäten wählen, die noch lange in Erinnerung bleiben.

Weitere Informationen auf www.kufstein.com.

Buchungskontakt:

Tourismusverband Kufsteinerland
Unterer Stadtplatz 11 – 13
A - 6330 Kufstein
Tel: +43 (0) 5372 62207
E-Mail: info@kufstein.com

Pressekontakt für Rückfragen

KUFSTEINERLAND	FEUER & FLAMME. DIE AGENTUR		
Barbara Kaiser	Birgit Koller-Hartl	Leonie Stolz	Elisabeth Helfer
Unterer Stadtplatz 11	Bräuhaus 248	Wimmelsweg 10	Postfach 31
A-6330 Kufstein	A-8998 Grundlsee	22303 Hamburg	85233 Odelzhausen
+43 (0) 5371 62207-21	+49 (0) 151 14278076	+49 (0) 40 50681694	+49 (0) 8134 5576411
b.kaiser@kufstein.com	bkh@fufda.de	ls@fufda.de	eh@fufda.de
presse.kufstein.com	www.feuerundflamme-dieagentur.de		

Gerne stehen wir Ihnen für weitere Informationen zum Kufsteinerland zur Verfügung. Auf unserer Internetseite finden Sie im Presseportal unter www.fufda.de/kufsteinerland druckfähiges Bild- sowie weiteres Textmaterial.