Pressetext

yoga.tage im Kufsteinerland

In wehrhaften Gemäuern und herrlicher Natur zu neuer Stärke finden

*Um Stärke und Standhaftigkeit zu spüren, gibt es wohl kaum einen besser geeigneten Ort, als eine Festung. Früher war die Festung Kufstein für die Abwehr gedacht, heute ist sie ein Platz, der verbindet und sich jedem öffnet – wie bei den yoga.tagen vom 24. bis 26. Juli 2020. Das ganze Kufsteinerland lädt zu einem achtsamen Urlaub voller Yoga, Kräuter und Ayurveda, umgeben von herrlicher Bergkulisse ein. Ob in geschichtsträchtigen Gemäuern, auf einem StandUp Board inmitten eines Sees, an einem aussichtsreichen Bewusstseinsplatz im Kaisergebirge oder im quirligen City-Flair – im Kufsteinerland mit seinen Kraftplätzen wird Yoga zum elementaren Erlebnis.*

Hier präsentiert sich das ganze Yoga-Universum in einem einzigen Festival: Mit Asanas zu Klavierkompositionen, dynamischen Flows vom Kampfsportler, Dance Yoga vom Balletttänzer, mit Kundalini und Yin Yoga, Prana Vinyasa, Atemübungen und Meditationen. Internationale und regionale Lehrer zahlreicher Stilrichtungen geben dabei spannende Einblicke in ihre persönliche Praxis, begleitet von bewegender Musik und jeder Menge positiver Vibes.

**Der Tanz der Elemente**

Während der yoga.tage taucht man an besonderen Locations in die hohe Kunst des Yoga ein, umgeben von der Kraft der Elemente. Stein und Erde bestimmen die Sessions auf der Festung Kufstein in Kombination mit einem Kräuterworkshop, Wasser trägt die Teilnehmer beim Yoga auf den SUPs, reine Luft umhüllt am Brentenjoch. Allesamt Kraftplätze, die nach Beschaffenheit dazu ermutigen loszulassen, standfest zu sein, Ausdauer oder Stärke zu zeigen.

**Retreat & Festival Highlights**

Als Highlight des Festivals gelten die Trommelkurse und die „Yoga Piano“ Sessions am 25. Juli mit Komponist Andreas Loh. Auf innovative Weise verbindet er Yoga mit eigenen Klavier-Kompositionen, die auf den Atemfluss abgestimmt sind, den Yoga Talas. Ziel ist es, durch die harmonisierende Wirkung der Musik und des Atems den Einklang von Körper und Geist zu fördern. Wer die Yoga-Welt von Andreas Loh noch intensiver erleben möchte, bucht das dem Festival vorangehende Retreat „Im Einklang des Seins“ vom 19. Juli bis 23. Juli. Der an der „Ballett School New York“ ausgebildete Balletttänzer und Yogalehrer Jack Waldas hingegen kombiniert die Bewegungsfreude des Tanzes mit den meditativen Elementen des Yoga. Bei Musiker, Kampfsportler und Yogaphilosophie-Experte Robert Ehrenbrand gehen dann am 25. Juli Bewegungskonzepte aus dem Yoga mit Eigenkörpergewichtsübungen, intensiven Atemtechniken und dynamischen Flows eine faszinierende Symbiose ein. Sein „BecomingMe“-Kurs im Kultur Quartier ist für jedes Level geeignet.

Drei Tage Yoga, ein Konzert und Workshops im Kufsteinerland zum Genießen und Abschalten bietet das limitierte Early Bird Ticket für 99,- Euro. Die Übernachtung kann individuell dazu gebucht werden. Für eine klimafreundliche Anreise zu den yoga.tagen profitieren Yogis von den idealen Zugverbindungen nach Kufstein. Besonders attraktiv wird der Aufenthalt rund um die yoga.tage durch die KufsteinerlandCard. Viele Vergünstigungen von der Gratis-Bergbahnfahrt bis zu sportlichen und kulturellen Highlights sind in der Karte, deren Leistungen ab dem zweiten Aufenthaltstag gelten, enthalten. Gäste bekommen diese personalisiert direkt von ihrem Vermieter. Weitere Informationen und Tickets findet man unter [www.yoga-tage.at](http://www.yoga-tage.at)

3.423 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

www.kufstein.com

Pressekontakt für Rückfragen

FEUER & FLAMME. DIE AGENTUR KUFSTEINERLAND

Leonie Stolz Birgit Koller-Hartl Barbara Kaiser

Wimmelsweg 10 Waltrichstr. 7 Unterer Stadtplatz 11

D-22303 Hamburg 82069 Hohenschäftlarn A-6330 Kufstein

T: +49 40 50681694 +49 8178 9981211 +43 (0) 5371 62207-21

ls@fufda.de bkh@fufda.de / eh@fufda.de b.kaiser@kufstein.com

[www.feuerundflamme-dieagentur.de](http://www.feuerundflamme-dieagentur.de) Presseportal: presse.kufstein.com

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