

## PRESSEINFORMATION

### Yoga zu Land, im Wald und auf dem Wasser: Reiseinspirationen mit Entspannungsfaktor



**Frankfurt am Main, 06. Februar 2024.** Zu den Reisetrends des Jahres zählen laut Umfrage von booking.com auch neue Formen von Wellnessreisen, beispielsweise Entspannungs-Sessions an ungewöhnlichen Orten. Die Reiseexperten von [global communication experts \(GCE\)](#) geben Inspirationen über Yoga-Angebote zu Land, im Wald und auf dem Wasser.

#### **WYDA – Das Yoga der Kelten im Hideaway FORESTIS**

Auf keltische Spuren begeben sich die Gäste des Hideaway [FORESTIS](#) oberhalb von Brixen, umgeben von dichtem Bergwald mit Blick auf die Bergmassive der Dolomiten. Bereits die in dieser Umgebung angesiedelten Kelten bezogen ihr Wissen über den menschlichen Körper aus den Lehren der Natur. Eine dieser keltischen Lehren, die das FORESTIS wieder aufleben ließ, ist Wyda – eine ganzheitliche Bewegungs- und Meditationslehre, die auf die Einheit des Menschen mit der Natur abzielt. In der Traditionellen Europäischen Medizin lehrt Wyda den Geist zu beruhigen, die Konzentration und Wahrnehmung zu schulen, Blockaden zu lösen und den Energiefluss zu harmonisieren. Diesen Bewegungsübungen und der Meditation soll es zu verdanken sein, dass die Druiden, die geistige Elite der Kelten, sich durch ein hohes Alter und Gesundheit auszeichneten. In Teilen ähnelt es dem QiGong und Yoga, die sich vermutlich alle parallel entwickelt und ihren Ursprung bei den indogermanischen Stämmen haben.

#### **Kontakt:**

Global Communication Experts GmbH  
 Hanauer Landstraße 184 | 60314 Frankfurt am Main  
 Tel.: + 49 69 175371-00 | E-Mail: [mail@gce-agency.com](mailto:mail@gce-agency.com) | Internet: [www.gce-agency.com](http://www.gce-agency.com)  
 Facebook: [www.facebook.com/GCEagency](https://www.facebook.com/GCEagency) | Instagram: [gce\\_agency](https://www.instagram.com/gce_agency) | Twitter: [GCE\\_agency](https://twitter.com/GCE_agency)

## **PRESSEINFORMATION**

### **Eins werden mit der Natur beim Bergyoga in Obertauern**

[Obertauern](#) liegt auf 1.740 Metern Höhe und ist damit ein ganz besonderer Platz für die Bergyogakurse von Nini Orda. Umgeben von 360 Grad Bergpanorama, inmitten der Almwiesen, schenkt die Landschaft allein Ruhe, Entschleunigung und Achtsamkeit. Dies sind ideale Voraussetzungen, denn in Nini Ordas Yogaeinheiten steht die Gesundheit im Fokus: eins werden mit der Natur, statt extreme Yogahaltungen und modernes, gesundes, körperbewusstes Praktizieren, das für jede und jeden geeignet ist, ob Neueinsteiger oder hochmotivierter Sportler.

### **SUP Yoga in Québec**

Die ostkanadische Provinz [Québec](#) wird vom St.-Lorenz-Strom durchzogen und verfügt über mehr als eine Million Seen und Flüsse. Was liegt da näher als sein Stand Up Paddle (SUP) als Yogamatte zu benutzen und die Übungen auf dem Wasser zu machen. Verschiedene Anbieter haben sich deshalb auf SUP Yoga spezialisiert. Das mobile Studio Yogi Nomade beispielsweise, bietet diese besondere Erfahrung auf dem Jacques-Cartier-Fluss an. SUP Yoga ist eine einzigartige Yoga-Erfahrung, bei der sich die Teilnehmenden im Rhythmus des Wassers bewegen und atmen können. Beim SUP Yoga wird die Flexibilität, das Gleichgewicht und der gesamte Körper in Anspruch genommen. Die Yogis und Yoginis entwickeln dabei Techniken, um Stress und Ängste abzubauen, die Atmung besser kontrollieren zu können und einen wohlverdienten Moment der Selbstbeobachtung und Entspannung zu genießen.

### **Im Herzen Palmas Wohlbefinden für Körper und Geist stärken**

Wer bei seinem Besuch in [Palma](#) Ausgeglichenheit und Wohlbefinden erleben möchte, sollte unbedingt einen Yogakurs bei Sadhana Works belegen. In diesem Yoga-Studio fühlen sich die Besucher vom ersten Moment an wie zu Hause - es werden eine Reihe von Wellness-Behandlungen und -kursen angeboten, darunter Kundalini Yoga, Ernährungsberatung und Naturheilkunde. Für diejenigen, die ein umfassenderes Wellness-Erlebnis suchen, gibt es ein von Sadhana Works und dem Hotel Can Bordoy entwickeltes Angebot. Dieses umfasst eine 60-minütige Yogastunde in den schönen Räumlichkeiten des Studios und eine Stunde Entspannung in der exklusiven Spa-Suite des renommierten 5-Sterne-Boutique-Hotels, in der Massagen und Gesichtsbildungen angeboten werden.

### **Über global communication experts**

Global Communication Experts GmbH (GCE) ist eine der führenden deutschen Repräsentanz-, Marketing- und Kommunikationsagenturen im Bereich Tourismus und Hotellerie. Zu den [Kunden](#) der Agentur mit Hauptsitz in Frankfurt und einer Dependence in München gehören Tourismus-Organisationen, Kreuzfahrt-Unternehmen, Kunden aus dem Reisevertrieb und Mobilität sowie der Luxus-Hotellerie. Global Communication Experts GmbH ist Mitgründer und Gesellschafter der europäischen Agentur International Tourism Group ITG sowie Mitglied des Deutschen Reiseverbands (DRV), des Travel Industry Club und der touristischen Nachhaltigkeitsinitiative Futouris e.V.

#### **Kontakt:**

Global Communication Experts GmbH  
Hanauer Landstraße 184 | 60314 Frankfurt am Main  
Tel.: + 49 69 175371-00 | E-Mail: [mail@gce-agency.com](mailto:mail@gce-agency.com) | Internet: [www.gce-agency.com](http://www.gce-agency.com)  
Facebook: [www.facebook.com/GCEagency](http://www.facebook.com/GCEagency) | Instagram: [gce\\_agency](https://www.instagram.com/gce_agency) | Twitter: [GCE\\_agency](https://twitter.com/GCE_agency)