

Yoga-Tage im Hotel Europäischer Hof

Bad Gastein (TP/OTS) -
Gasteins herrliche Herbstluft

Gerade im Herbst übt die Bergwelt im Gasteiner Tal einen besonderen Reiz aus. Frische Herbstluft belebt Körper und Geist. Ideale Voraussetzungen, den Tag mit einer Session Yoga zu beginnen: Morgens erfrischend und aktiv, umgeben vom faszinierenden Panorama. Der Abend hingegen gehört ganz und gar der Entspannung. Wer möchte, verbringt die Zeit zwischendurch mit einer ausgedehnten Wanderung durch den Naturpark Hohe Tauern.

Zurück zu den Wurzeln

Yoga ist im First Class-Hotel Europäischer Hof immer mit dem Anspruch verbunden, "zurück zu den Wurzeln" zu führen so sorgt die Anwendung sogenannter spiraldynamischer Prinzipien für erhöhte Klarheit und für ein verbessertes Körpergefühl.

Vertiefte Wahrnehmung des eigenen Körpers durch Yoga

Der Fokus liegt auf der Einführung in das Hatha Yoga, mit dem Schwerpunkt auf Stehhaltungen und Atmung. Ziel ist es, das Bewusstsein der eigenen Basis zu schärfen. Richtige Körperhaltung und eine optimierte Atmung sind das Fundament für Alltag, Training oder Therapie.

Erstklassige Gesundheitskompetenz

Bernard Nicholas, ein ausgewiesener Fachmann für Massage, Shiatsu und Craniosacral-Therapie, steht für höchste Professionalität. Als Therapeut legt er größten Wert auf die präzise Ausführung der Yogahaltungen. Diese unverwechselbare Qualität führt zielorientiert zu einer vertieften Wahrnehmung des eigenen Körpers.

Hotel Europäischer Hof ein perfekter Gastgeber

Erstklassige Gesundheitskompetenz, ein exklusives Ambiente und ein 18-Loch-Golfplatz, der höchsten Standards entspricht, sind die treffendsten Argumente für das Hotel Europäischer Hof Bad Gastein.

Ergänzt wird das Angebot durch großzügige Sport- und Freizeiteinrichtungen auf über 5.600 m2 und einer über die Landesgrenzen hinaus bekannten Kulinarik. Damit ist das First Class-Hotel Europäischer Hof die richtige Adresse für einen wunderbaren Herbsturlaub.

Rückfragehinweis:

Hotel EUROPÄISCHER HOF
Sigrid Bader
Direktorin
Miesbichlstraße 20
A-5640 Bad Gastein
Tel.: +43 (0)6434 2526-256
Fax: +43 (0)6434 2526-262
mailto:sigrid.bader@europaeischerhof.at

Hotel EUROPÄISCHER HOF
Mag. (FH) Wolfgang Wagner
Leiter Sales & Marketing
Tel.: +43 (0)6434 2526-257
mailto:wolfgang.wagner@europaeischerhof.at

*** TP-ORIGINALTEXT PRESSEAUSSENDUNG UNTER AUSSCHLISSLICHER
INHALTLICHER VERANTWORTUNG DES AUSENDERS - WWW.TOURISMUSPRESSE.AT ***

TPT0003 2009-10-14/08:39

140839 Okt 09

Link zur Aussendung:

http://www.tourismuspresse.at/presseaussendung/TPT_20091014_TPT0003