

Vielseitige Yoga- und Kreativreisen vom Spezialisten Indigourlaub

Reise lieber ungewöhnlich



Yoga tut Körper und Seele gut, Yoga in den Weiten der Wüste Marokkos sorgt für noch mehr Einsichten - und Ausblicke. Doch damit nicht genug: In der vielfältigen Palette an Yoga- und Kreativ-Reisen des österreichischen Spezialveranstalters Indigourlaub findet sich so Ausgefallenes wie Jodeln im Chiemgau, die Kunst der Kalligraphie, Skizzieren lernen im Friaul oder Yoga auf Island. Allen gemeinsam ist, dass die

Teilnehmer intensiv Neues erfahren: Sei es, bislang unbekannte Seiten an sich selbst kennenzulernen oder eine oftmals überwältigende Natur hautnah zu erleben. Denn Indigourlaub-Reisen führen an Kraftorte, an denen Menschen sich besonders lebendig und bereit für Veränderungen fühlen. Weitere Infos, Katalogbestellung und Buchung unter Fon +43 732 272810 (Ö), +49 8621 9024140 (D) oder www.indigourlaub.com

Foto (download): Himmel und Sand soweit das Auge reicht - beim österreichischen Spezialveranstalter Indigourlaub spielt die Natur eine Hauptrolle. Bildnachweis: Marion Bachinger

Yoga in der Wüste. Auf der Yoga Rundreise Marokko beginnt der Tag bei Sonnenaufgang mit anregendem Hatha-Yoga (ca. 45 Minuten), bei Sonnenuntergang können neu gewonnene Eindrücke bei entspannendem Yoga plus Meditation sanft Revue passieren (ca. 90 Minuten). Die Rundreise von Indigourlaub führt über den Hohen Atlas, vorbei an Palmenoasen bis in die Sanddünen der Sahara. Zurück geht es via Marrakesch an den Strand von Agadir. 7 Tage sind ab 1.250 €/Pers. im DZ inkl. HP und Flughafentransfers buchbar, eine Nacht verbringen Teilnehmer in einem Zeltcamp in der Wüste (Termine ab 22.10.2019).

Jodeln und Shodo im Chiemgau. Die eigene Stimme entdecken, ihre Ausdruckskraft erweitern und Freude beim Singen mit anderen - all dies erleben Urlauber in Verbindung mit Übungen aus dem Qi Gong sowie Yoga und mit Liedern aus verschiedenen spirituellen Traditionen wie Chants, Mantras oder Yoiks. Im veranstaltereigenen Mountain Retreat Center von Indigourlaub bei Sachrang/Chiemgau kostet die Reise Jodeln in der Chiemgauer Bergwelt inkl. 3 Nächte mit vegetarischer VP ab 535 €/Pers. im DZ (Termine ab 4.6.2020). Wer lieber zeichnet als singt, lernt sich dort durch Shodo, besser bekannt als Kalligraphie, neu kennen. Beim Workshop Shodo - Die Kunst der Kalligraphie mit der japanischen Künstlerin und Dozentin Junko Baba bekommt man die Grundtechnik des Schreibens mit

Pinsel und Tusche vermittelt. Shodo ist aber nicht nur Kunst der schönen Zeichen, sondern auch Philosophie für Geist und Seele. 3 Nächte sind ab 475 €/Pers. im DZ inkl. vegetarischer VP zu haben. Zwischen den Unterrichtseinheiten (morgens und abends) bleibt viel Zeit für Spaziergänge in (fast) unberührter Natur (Termine ab 7.12.2019).

Skizzieren lernen im Friaul. Farbiger wird es mit dem Designer und Zeichner Hans-Christian Sanladerer: In seinem Workshop Skizzieren – Dolce Vita mit Stift & Farbe lernen Reisende das Skizzieren als Mittel des spontanen Ausdrucks. Dabei steht der Spaß an der Sache im Vordergrund. Im Kreis Gleichgesinnter inspirieren und motivieren sich die Teilnehmer gegenseitig. Die malerische Landschaft Italiens bietet zahllose Motive für Aquarelle oder Pastellzeichnungen, Ausflüge in Orte ringsum erweitern das Spektrum zusätzlich. Der Kurs ist für Anfänger wie Fortgeschrittene geeignet. 7 Nächte inkl. HP sind ab 1.290 €/Pers. im DZ im Angebot (24. bis 31.10.2020).



Yoga auf Island. Fjorde, Geysire, Vögel – und viel Stille: Auf der 5-tägigen Reise Yoga & Wandern in Island von Indigourlaub glaubt man fast, hinter der nächsten Wegbiegung Trolle oder Elfen zu begegnen. Die Wanderungen führen durch unterschiedlichste Landschaften Nordislands, dauern zwei oder drei Stunden und werden von einem Guide begleitet. Tägliche Yoga-Einheiten (2 bis 3 Stunden) finden teilweise in freier Natur statt. 5 Nächte im Apartment (DZ) mit Abendessen

kosten ab 1.530 €/Pers. inkl. Flughafentransfers (Termine ab 1.3.2020).

Foto (download): Mit dem österreichischen Reiseveranstalter Indigourlaub können Reisende Yoga an magischen Orten Islands üben. Bildnachweis: Inspiration Iceland

Weitere Auskünfte, Katalogbestellung und Buchung

Indigourlaub GmbH Ecklweg 4 A-4040 Linz/Österreich

Fon +43 732 272810 (Ö)

+49 8621 9024140 (D)

office@indigourlaub.com

www.indigourlaub.com

Über Indigourlaub. Der österreichische Veranstalter ist Spezialist für Reisen mit den Schwerpunkten Yoga, Qi Gong, Meditation und Ayurveda-Kuren weltweit. Renommiertere Programmleiter sowie sorgfältig ausgewählte Hotels und Retreats inmitten oft unberührter Natur sind die Markenzeichen von Indigourlaub. Wert gelegt wird auch auf gesunde, teils vegetarische oder vegane Verpflegung. Teilnehmer erfahren bei 350 Reisen in 22 Ländern Freude an der Begegnung mit anderen und sich selbst. Herzensanliegen des Indigourlaub-Teams ist zudem ein achtsamer Umgang mit Mensch und Natur. So engagiert sich das Unternehmen als Mitglied beim „forum anders reisen e.V.“, kooperiert mit der gemeinnützigen Klima-Organisation „atmosfair“ und trägt die TourCert CSR-Zertifizierung für nachhaltigen Tourismus.

Pressekontakt

Vera von Wolffersdorff

+49 8807 21490-18

vera.v.wolffersdorff@hermann-meier.de

Janina Reich

+49 8807 21490-21

janina.reich@hermann-meier.de

Angelika Hermann-Meier PR

Lachener Straße 4

D-86911 Diessen am Ammersee

+49 8807 21490-0

info@hermann-meier.de

www.hermann-meier.de