

P R E S S E M I T T E I L U N G

Yoga Vidya bietet ab sofort Yogatherapie-Kuren an

Der gemeinnützige Verein Yoga Vidya e.V. startet mit einem neuen Angebot in das Jahr 2010: Verschiedene Yogatherapie-Kuren sollen die Selbstheilungskräfte stärken und werden dazu für die Teilnehmenden individuell abgestimmt.

Horn-Bad Meinberg, 07. Januar 2010

„Mit unseren Yogatherapie-Kuren wollen wir körperliche Beschwerden lindern und die Selbstheilungskräfte auf entspannte Art und Weise aktivieren“, teilt Inka Aichinger vom Yoga Vidya e.V. mit. „Dafür haben wir das Angebot von Europas größtem Yogazentrum um maßgeschneiderte Yogatherapie-Kuren erweitert. Ob Tinnitus, Stress oder Raucherentwöhnung – Betroffene erhalten bei uns ein individuell angepasstes Yogatherapie-Programm, das mittels gezielter Anwendung klassischer Yogapraktiken auf konkrete Beschwerden einwirkt. Und das Beste: Nach einem Aufenthalt verfügen die Teilnehmenden über ein umfangreiches Repertoire an Methoden, um selbst etwas für ihre Heilung zu tun.“

Zentraler Bestandteil der Yogatherapie-Kuren sind Einzelberatungen. Je nach Beschwerdebild erstellt der Yogatherapeut ein spezielles Programm aus Yoga, Atemübungen und mentalen Techniken. So harmonisiert die Übung „Fisch“ beispielsweise die Schilddrüse und löst emotionelle Spannungen. Unter Anleitung üben die Teilnehmenden alle Praktiken von A bis Z. Während der Kur erfolgt zudem eine stetige Kontrolle der Übungspläne und eine individuelle Anpassung der Programmbausteine, je nach den Bedürfnissen und der jeweiligen Lebenssituation der Teilnehmenden. „So wirkt die Yogatherapie auch nach dem Aufenthalt noch effektiv und erfolgreich. Das Resultat ist eine tiefe Entspannung, welche eine der wichtigsten Voraussetzungen für eine Heilung ist“, so Aichinger weiter.

„Bei den verschiedenen Yogatherapie-Kuren findet sicherlich jeder das passende Angebot. Interessierte können alleine für eine Individual-Kur oder als geschlossene Gruppe in das Haus Yoga Vidya im idyllischen Teutoburger Wald in Horn-Bad Meinberg kommen. Wer sich gerne mit anderen Betroffenen austauscht, ist bei einer Pauschal-Kur gut aufgehoben. Hier stehen Themen wie Raucherentwöhnung, Rückenbeschwerden oder Anti-Burn-Out zur Auswahl.“

Weitere Informationen über die Yogatherapie-Kuren sind im Internet unter www.yogatherapie-portal.de und www.yogatherapie-kuren.de abrufbar oder werden telefonisch über die Rufnummer 05234 87-0 erteilt.

**Abdruck frei, Beleginweis erbeten
303 Wörter, 2.389 Zeichen mit Leerzeichen**

Weiteres Pressematerial zu dieser Pressemitteilung:

Sie können im Online-Pressefach schnell und einfach weiteres Bild- und Textmaterial zur kostenfreien Verwendung downloaden:

<http://www.pr4you.de/pressefaecher/yoga-vidya>

Ansprechpartner für Rückfragen:

(1) Yoga Vidya e.V.

Ansprechpartner: Inka Aichinger

Yoga Vidya e.V.
Haus Yoga Vidya Bad Meinberg
Wällenweg 42
D-32805 Horn-Bad Meinberg

Telefon: +49 (0) 5234 87 - 22 24
Fax: +49 (0) 5234 87 - 18 80
E-Mail: inka.aichinger@yoga-vidya.de
Internet: www.yoga-vidya.de

(2) PR-Agentur PR4YOU

Ansprechpartner: Holger Ballwanz, Marko Homann

PR-Agentur PR4YOU
Schonensche Straße 43
D-13189 Berlin

Telefon: +49 (0) 30 43 73 43 43
Fax: +49 (0) 30 44 67 73 99
E-Mail: presse@pr4you.de
Internet: www.pr4you.de

Hintergrundinformationen:

Über den Yoga Vidya e.V.

Der Yoga Vidya e.V. wurde 1995 von Diplom-Kaufmann Volker Bretz in Frankfurt am Main gegründet und zählt heute mit zu Europas größten Yoga-Seminaranbietern.

Der Verein unterhält drei große Seminarhäuser: Im lippischen Bad Meinberg, im Westerwald und in Horumersiel an der Nordsee. Dazu gibt es 6 vereinseigene Yoga-Zentren in verschiedenen deutschen Großstädten mit insgesamt 160 hauptberuflichen Mitarbeitern. Bundesweit kooperieren über 50 weitere Yoga-Zentren eng mit Yoga Vidya. Jährlich kommen neue Partner dazu.

Interessenten haben die Auswahl aus jährlich über 1.600 Seminaren und Ausbildungen rund um die Themen Yoga und Meditation, aber auch Ayurveda, ganzheitliche Gesundheit und spirituelles Leben werden angeboten. Über 6.000 Teilnehmerinnen und Teilnehmer haben darüber hinaus bereits die Yoga-Lehrer-Ausbildung bei Yoga Vidya absolviert und geben ihr Wissen in eigenen Kursen weiter.

Weitere Informationen über den Yoga Vidya e.V. sind im Internet unter www.yoga-vidya.de abrufbar.