

Pressemitteilung

Bad Salzflufln, 07.06.2019

Mit „Sonnengruß-Yoga“ in den Bad Salzflufler Tag starten

Kurse des Staatsbad Vitalzentrums im Juni, Juli und August

Pünktlich zum Sommerbeginn bietet das Staatsbad-Vitalzentrum am Sonntag, 23. Juni, einen weiteren Kurs für „Sonnengruß-Yoga“ an. Der Yoga-Kurs im Rahmen des „1.Staatsbad Salzflufln Gesundheitsjahres“ findet zwischen 9 und 9.45 Uhr im Erlebnis- und Gesundheitspark statt und konzentriert sich auf die Vitalisierung und Mobilisation des Körpers und die Energetisierung des Nervensystems durch fließende Bewegungen aus dem Hatha-Yoga. Der Sonnengruß (Surya Namaskar), auch „Sonnengebet“ oder „Gruß an die Sonne“ genannt, ist eine Abfolge von zwölf Yogahaltungen, die dynamisch geübt werden – das heißt im Atemrhythmus ineinander übergehend. Diese Yoga-Übung wird gerne zum Aufwärmen zum Start in den Tag oder zu Beginn einer Yogastunde durchgeführt. Weitere Yoga-Kurse aus dieser Reihe finden an den Sonntagen, 21. Juli und 18. August, ebenfalls im Salzflufler Erlebnis- und Gesundheitspark statt. Um eine Voranmeldung spätestens fünf Tage vor der Veranstaltung im Staatsbad Vitalzentrum wird gebeten.

Informationen: Die Teilnahmegebühr beträgt 10.- Euro (zzgl. Kurparkeintritt oder SalzfluflnCard). Telefonkontakt: (05222) 183 800; E-Mail: vitalzentrum@staatsbad-salzflufln.de

Mediendownload (Presstext, Pressefoto + Flyer)

www.denkinger-pr.de/blog-news/mit-sonnengruss-yoga-in-den-bad-salzufler-tag-starten

Bildunterschrift:

yoga.jpg

Pünktlich zum Sommerbeginn bietet das Staatsbad-Vitalzentrum am Sonntag, 23. Juni, im Erlebnis- und Gesundheitspark einen weiteren Kurs für „Sonnengruß-Yoga“ an. Zusätzliche Kurse aus dieser Reihe finden an den Sonntagen, 21. Juli und 18. August, statt. Foto: Staatsbad Salzungen GmbH

Kontakt für Medien

Denkinger Kommunikation

Buchenstraße 2, 87766 Memmingerberg

Telefon: +49 8331 96698-47

E-Mail: presse@denkinger-pr.de,

Internet: www.denkinger-pr.de

Ansprechpartner: Michael Denkinger (Geschäftsführer)

Herausgeber

Staatsbad Salzungen GmbH

Parkstraße 20

32105 Bad Salzungen

Fon: +49 (0) 5222 183 0

Fax: +49 (0) 5222 183 208

presse@staatsbad-salzungen.de

www.staatsbad-salzungen.de