



Oberpiskoihof, „Roter Hahn“, Südtirol

Yoga und fasten mit der Bäuerin



Idyllisch zwischen einem Wäldchen und dem St.-Jakob-Kirchlein eingebettet liegt der Oberpiskoihof in Villnöss/Eisacktal, Mitglied der Qualitätsmarke „Roter Hahn“. Das ruhige Fleckchen Südtiroler Erde eignet sich ausgezeichnet, um das eigene Immunsystem zu regenerieren. Damit dies gelingt, bietet die Bauersfamilie eine besonders wirksame Kombination an: Fasten und Yoga. Die ruhigen, kontrollierten Bewegungen sollen dabei den Körper entspannen und so die Entgiftung

beschleunigen. Federführend ist Gastgeberin Anna, die nicht nur Bäuerin und gelernte Fastenleiterin ist, sondern in ihrer eigenen Praxis am Hof auch als Hebamme und Krankenpflegerin arbeitet. Das Kombiprogramm bietet sie viermal im Jahr über Silvester, zu Ostern, im Herbst und Advent an. Sieben Tage inkl. Fastenverpflegung kostet 799 €/Pers. im DZ. Auch Gäste, die nicht am Programm teilnehmen, können mehrmals pro Woche Gratis-Trainingseinheiten wie Vini- oder Hormon-Yoga ausprobieren. **www.roterhahn.it**

Foto (download): Bäuerin Anna bietet für Gäste des „Roter Hahn“-Hofs Oberpiskoi in Villnöss/Südtirol regelmäßige Yoga-Stunden im Fitnessraum an. Bildnachweis: Oberpiskoihof

Pressekontakt

Jessica Thalhammer

+49 8807 21490-15
jessica.thalhammer@hermann-meier.de

Isabella Modl

+43 650 2209980
isabella.modl@hermann-meier.de

AHM Kommunikation

Lachener Straße 4
D-86911 Diessen am Ammersee
+49 8807 21490-0
info@hermann-meier.de
www.hermann-meier.de