

## Österreich entdecken mit Indigourlaub

### **Aktive Reisen in der Heimat**



**Bewegung schafft nicht nur einen willkommenen Ausgleich zum Alltag, sondern stärkt erwiesenermaßen das Immunsystem sowie die mentale und seelische Gesundheit. Am besten eignen sich dazu leichte Ausdauersportarten an der frischen Luft wie etwa Wandern, aber auch fernöstliche Heillehren wie Yoga oder Qi Gong fördern das Wohlergehen. Unter professioneller Anleitung finden Aktive zum Beispiel bei den**

**Retreats des österreichischen Spezialveranstalters Indigourlaub zur inneren Mitte und entdecken die umliegende Natur. Dazu müssen sie nicht in die Ferne schweifen, denn 2020 liegt der Fokus auf nachhaltigen Reisen im eigenen Land. Ab 29. Mai bietet Indigourlaub wieder zahlreiche Reisen innerhalb Österreichs an. Die Retreats im Impuls Hotel Tirol unter dem Motto Yoga Auszeit Salzburger Land (3 Nächte ab 331 €/Pers./DZ) sind ganzjährig mit unterschiedlichen Schwerpunkten buchbar. Richtig sportlich gestalten sich die Programme im Hotel Kolbitsch, etwa beim Vinyasa Flow Yoga am Weissensee (4 Nächte ab 515 €/Pers./EZ) oder die Yoga- und Wander-Auszeit im Nationalpark Kalkalpen (4 Nächte ab 515 €/Pers./DZ). [www.indigourlaub.com](http://www.indigourlaub.com)**

*Foto (download): Gesund durch Natur und Bewegung – Indigourlaub bietet spannende Reisen im eigenen Land und zu sich selbst, beispielsweise ins Gasteinertal*

*Bildnachweis: Gasteinertal Tourismus GmbH*

#### **Weitere Auskünfte**

Indigourlaub GmbH Ecklweg 4 A-4040 Linz/Österreich

Fon +43 732 272810 (Ö)

+49 8621 9024140 (D)

[office@indigourlaub.com](mailto:office@indigourlaub.com)

[www.indigourlaub.com](http://www.indigourlaub.com)

**Über Indigourlaub.** Der österreichische Veranstalter ist Spezialist für Reisen mit den Schwerpunkten Yoga, Qi Gong, Meditation und Ayurveda-Kuren weltweit. Renommierete 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 23 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“, kooperiert mit der gemeinnützigen Klima-Organisation „atmosfair“ und trägt die TourCert CSR-Zertifizierung für nachhaltigen Tourismus.*

## **Pressekontakt**

---

### **Ariane Husung**

+49 8807 21490-16

ariane.husung@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