

Yoga, Resilienz und Meditation: Neuer Indigo-Katalog 2023

Nachhaltiger Urlaub für Körper und Geist



Alle 650 Angebote in 20 Ländern von Indigourlaub haben eins gemeinsam: Die vielseitigen Programme des österreichischen Spezialveranstalters helfen den Teilnehmern dabei, zur Ruhe zu kommen, eine seelische Pause einzulegen und wieder zur inneren Mitte zu finden. Für Geschäftsführerin Sonja Miko ist diese Art des bewussten Reisens, bei der man neue Erfahrungen noch stärker wahrnimmt und die weit über die

Urlaubszeit hinaus gut tun, zukunftsweisend. Die vielfältigen Themen des Jahreskatalogs 2023 sind aufgeteilt in folgende sechs Kategorien: Yoga, Meditation & Achtsamkeit, Kreativ & Aktiv, Qi Gong, Ayurveda sowie eigene Häuser. Dort im Kleebauer Hof im oberösterreichischen Mühlviertel, im Mountain Retreat Center im Chiemgau/Oberbayern sowie in der Son Manera Retreat Finca auf der Baleareninsel Mallorca finden ganzjährig Yoga-Urlaube für Anfänger und Geübte statt. Bei Indigourlaub beginnt die Reise schon bei der Planung: Ausführliche Infos zu Locations und Programmleitern, Gäste-Feedbacks und ansprechendes Bildmaterial machen Lust darauf, die Koffer zu packen. Auskünfte, Katalogbestellung und Buchung unter Fon +43 732 272810 (Ö), +49 8621 9024140 (D) oder www.indigourlaub.com

Foto (download): 650 Reisen für einen gesünderen Alltag und mehr Zufriedenheit offeriert der österreichische Veranstalter Indigourlaub im neuen Katalog 2023 – print und online. Bildnachweis: Indigourlaub

Neu im Jahr 2023. Für den Spezialveranstalter mit den Schwerpunkten Yoga, Qi Gong, Meditation und weltweite Ayurveda-Kuren liegt der Fokus in den drei eigenen Häusern nächstes Jahr auf Themenreisen zur Stärkung der Resilienz, zur inneren Widerstandsfähigkeit sowie Selbstfürsorge und Achtsamkeit. So lernen Indigourlauber beispielsweise beim Programm Magic Mindfulness in der mallorquinischen Son Manera Retreat Finca achtsames Atmen und Verweilen im Augenblick – für Zugang zu mehr Zufriedenheit, Freude und Vertrauen. Ebenfalls neu ist das Programm Meditation und Bogenschießen im Mühlviertel. Der Bogensport bringt Körper, Geist und Seele in Einklang, reduziert überwuchernde Gedanken und verschafft so dem Ich mehr Raum. Erstmals im Indigourlaub-Katalog gibt es die Destination Kroatien mit dem Angebot Magie der inneren Ausrichtung zu entdecken. Im

Hotel Village Balatura südlich von Rijeka begeben sich Yogafans umgeben von unberührter Natur auf ihren Weg zur inneren Mitte. Sieben Nächte inklusive Vollverpflegung und Programm gibt es ab 1.390 Euro/DZ.

Spendenprojekt Kleebauer Hof. Eine Herzensangelegenheit im Jahr 2023 ist für die Indigourlaub-Leitung Sonja und Samuel Miko das Spendenprojekt auf dem oberösterreichischen Kleebauer Hof. Für jede Übernachtung im Kleebauer Hof Retreat Center spendet Indigourlaub einen Euro an eine von vier ausgewählten Organisationen. Gästen bleibt es selbst überlassen, wem sie ihren Betrag zugutekommen lassen möchten und ob sie selbst ihre Spende verdoppeln möchten. Bei der Wahl der Projekte wurde bewusst auf kleine Organisationsstrukturen ohne großen Verwaltungsapparat geachtet. Die Spende geht wahlweise an das Frauenhaus Linz, die Naturschutzjugend, die Doro Blancke Flüchtlingshilfe oder das Jane Goodall Institut.

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

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