

11.10.2018 - 12:09 Uhr

## Yoga in Weggis hilft gegen den Herbst-Blues



Festival "Yoga meets Weggis" - vom 2. - 4. November 2018 gegen den Herbstblues

**Dem Herbst-Blues entfliehen und ein Wochenende Kraft und Sonne tanken im Herzen der Zentralschweiz? Das geht am Wochenende vom**

2. - 4. November unter dem Motto "Be.Present.Now" beim Yoga-Festival in Weggis. Ein internationales Line-Up mit 10 Lehrern bringt Ex-Miss-Schweiz Bianca Sissing und Krishnataki aus Griechenland ans "Yoga meets Weggis". Das Festival zeigt mit mehr als 30 Stunden Programm, dass Ganzheitlichkeit nicht nur ein Modewort ist: Yoga-Praxis, Workshops und Farm-to-Table-Menüs lassen den Alltag in die Ferne rücken. "Be.Present.Now" ist am Wochenende vom 2. - 4. November 2018 Motto und Ziel zugleich.

Ein Wochenende im November: Der Nebel lichtet sich. Zeit für den ersten Sonnengruss. Wenn Lehrer mit ruhiger Stimme die nächsten Bewegungsschritte anleiten, dann schlägt das Herz der Schweiz für Yoga. Weggis wird zum ganz besonderen Kraftort. Das grösste Yoga-Festival der Zentralschweiz geht in die nächste Runde - mit einem inspirierenden Programm und internationalem Line-up.

### Von Aerial-Yoga bis Sacred Dance

Alles kann. Nichts muss. Beim Yoga-Festival 2018 stellen sich die Festival-Besucher ihr eigenes Programm zusammen. Bekanntes vertiefen ist ebenso möglich wie neue Formen kennen zu lernen. 90 Minuten bis drei Stunden dauern die Sessionen in Aerial-, Forrest-, Ashtanga-, oder Tala-Yoga. Wohlklingende Titel versprechen interessante Begegnungen mit sich selbst (z.B. "The Golden Shadow"). Es gilt den Blick zu weiten und alle Sinne zu berühren. Wie wäre es mit Yoga Piano, Sacred Dance oder Aromatherapie? Kulinarisch zelebriert das Yoga-Festival die Farm-to-Table-Kultur beim gemeinsamen Kochen und Essen. Am Abend harmonisieren schwarze und weisse Tasten unter den Händen von Andreas Loh.

### Frischer Wind aus Übersee

Die Festival-Besucher profitieren von den unterschiedlichen Herkunftsländern und Hintergründen der zehn Yoga-Lehrer aus dem In- und Ausland. Yoga-Lehrer Krishnataki bringt die Praxis aus dem griechischen Sunshine House an die Riviera, Suzanne Faith frischen Wind fürs Anusara-Yoga aus Ibiza. Mit der Luzernerin Lara Bühler entflieht man der Schwerkraft beim Aerial-Yoga oder taucht mit Ex-Miss-Schweiz Bianca Sissing in kreative Vinyasa Flow's ein.

### Eindrückliche Bergkulisse

Mit der Rigi im Rücken und den Blick auf die sanften Wellen des Vierwaldstättersees gerichtet, lassen sich Stress und Alltag schnell vergessen. Bei "Yoga meets Weggis" sind Ort und Inhalt im Einklang. An der Riviera der Schweiz lässt es sich für ein Wochenende bestens entspannen und bei frischer Luft abseits der hektischen Stadt tief durchatmen.

-----  
"Yoga meets Weggis": Festivalpässe sind online erhältlich

- 3-Tagespass CHF 290.-
- 2-Tagespass CHF 245.-
- 1-Tagespass CHF 95.- (Freitag oder Sonntag) | CHF 160.- (Samstag)

Gruppen erhalten einen Rabatt.

Weitere Bilder online zum Download unter: <https://www.yogameetsweggis.ch/medien>

Medienkontakt Luzern Tourismus AG:  
Sibylle Gerardi  
T +41 (0)41 227 17 33  
E-Mail: [Sibylle.Gerardi@luzern.com](mailto:Sibylle.Gerardi@luzern.com)

#### Medieninhalte



Ex-Miss-Schweiz und Yoga-Lehrerin Bianca Sissing beim Sonnengruss am Vierwaldstättersee.



Yogis erweitern den Horizont mit Blick über den Vierwaldstättersee beim Yoga-Festival in Weggis.

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100018582/100820907> abgerufen werden.