

Nachrichten aus Bad Driburg

Die deutsche »Yogaqueen« kommt

Andrea Kubasch unterrichtet im Gräflichen Park

Bad Driburg. Mit ihrem »Power Yoga Germany Style« unterrichtet Andrea Kubasch, Tausende Menschen auf der ganzen Welt. Vom 15. bis 17. November kommt die Hamburger Yoga-Lehrerin in das »Gräflicher Park Hotel & Spa« in Bad Driburg, um hier »Detox Power Yoga«-Fans zu versammeln und mit ihnen zu trainieren.



Konzentrierte Yoga-Einheiten werden begleitet von einem speziell entwickelten Detox-Programm und der Atmosphäre des Parks. »Im Gräflichen Park kann ich aktiv sein, genießen und entspannen«, begründet Andrea Kubasch ihre Wahl für den Ort. »Ich liebe den englischen Landschaftspark sowie den Spa-Bereich des »Gräflicher Park Hotel & Spa«. Besonders gut gefällt mir, dass in dieser Atmosphäre ein Rückzug vom Alltag möglich ist, um sich intensiv der Yoga-Übungspraxis widmen zu können. Annabelle Gräfin von Oeynhausen-Sierstorpff und ihr Team haben mit viel Liebe zum Detail einen idealen Ort des Wohlbefindens geschaffen, das Nonplusultra für den Weg zur Balance

Andrea Kubasch ist die erste Europäerin, die von »Gaiam International« als Yoga-Talent und Botschafterin der Marke unter Vertrag genommen worden ist.

zwischen Körper und Seele.«

»Detox Power Yoga ist der buchstäbliche Jungbrunnen«, erläutert Andrea Kubasch. »Wenn wir älter werden, verliert unser Körper an Geschmeidigkeit, unser Gewebe wird weniger durchblutet und wir werden immer steifer. Mein Programm wirkt dem entgegen. Durch das Üben der Yoga-Positionen wird körpereigene Hyaluronsäure freigesetzt, die für die Beibehaltung der Jugendlichkeit und Flexibilität mitverantwortlich ist.«

»Nachdem sich der Kundalini-Yoga-Workshop mit Hollywood-Yogaqueen Maya Fiennes bereits als feste

Größe im Gräflichen Park etabliert hat, sind wir stolz, nun auch eine deutsche »Yogaqueen« hier zu haben«, sagt Annabelle Gräfin von Oeynhausen-Sierstorpff.

Zwei Übernachtungen, Frühstück, gesunde Lunchbuffets und dreigängige Detox-Menüs, entgiftendes und gewichtsreduzierendes Power-Yoga an drei Tagen, Yoga Accessoires und Pflegebehandlungen, Spa- und Fitnessraumnutzung sowie weitere Extras zählen zum Workshop.

Reservierungen und Informationen unter Telefon (05253) 9 52 31 61 oder per E-Mail an reservierungen@graeflicher-park.de.