



Presseinformation

Vom Krieger über die Kobra in den herabschauenden Hund

Baumwipfelpfad Steigerwald lädt ab Juni zum Sunset Yoga auf der Plattform

Ebrach, 08. Mai 2023 – Hund und Kobra auf dem Baumwipfelpfad? Was auf den ersten Blick verwirren mag, sind Bezeichnungen für Körperstellungen aus dem Yoga, den sogenannten *Asanas*: Ab Juni genießen Teilnehmer*innen der 5-wöchigen Veranstaltungsreihe *Sunset Yoga* eben diese und noch mehr *Asanas*, *Pranayamas* (Atemübungen) und vor allem *Savasana*, die Entspannung, hoch über den Wipfeln der Bäume – unter professioneller Anleitung der Yogalehrerin Kathi Gocht von Yoga Vidya Bamberg.

Savasana über den Wipfeln

In insgesamt fünf 90-minütigen Einheiten können Interessierte ab Mittwoch, den 07. Juni, in die Welt von Yoga, Meditation und Entspannung eintauchen und sich selbst etwas Gutes tun. „Der Sanskritbegriff Yoga bedeutet so viel wie Harmonie von Körper, Geist und Seele... und wo ließe sich das besser erleben als in der Natur, an der frischen Luft und mit atemberaubender Aussicht?“, so Kathi Gocht, Leiterin von Yoga Vidya Bamberg. Gocht ergänzt: „Der Kurs richtet sich an Anfänger und Wiedereinsteiger, aber auch für geübtere Yogis und Yoginis finden wir die passende Variation.“

Die Einheiten sind einzeln à 18,00 € oder vergünstigt im 5er-Block à 80,00 € buchbar (inkl. MwSt.).

„Wir freuen uns sehr, dass wir wieder Yoga auf unserem Baumwipfelpfad anbieten können. Und wer weiß, wenn die Nachfrage da ist, ließe sich das Angebot vielleicht sogar dauerhaft auf die Plattform bringen“, weiß Sandra Fischer, Leiterin des Baumwipfelpfads in Ebrach verschmitzt.

In der Tat ist das Sunset Yoga bereits einen Monat vor Start gut gebucht – wer sich noch einen der begehrten Plätze sichern möchte, kann sich über den Veranstaltungskalender des Baumwipfelpfads für den 07.06., 14.06., 21.06., 28.06., und 05.07., je 17:45 – 19:15 Uhr, anmelden.

Weitere Informationen gibt es unter: www.baumwipfelpfadsteigerwald.de



BAUMWIPFELPFAD STEIGERWALD

Presseinformation

Feierabend bei Sonnenuntergang und Picknick

Der Sonnenuntergang vom Baumwipfelpfad aus lässt sich natürlich auch ohne Yoga erleben, zum Beispiel an den Terminen mit Spätöffnung: Am 23. September und 07. Oktober können Besucherinnen und Besucher den Tag gemütlich bei bester Aussicht, Abendröte und kleinen Snacks ausklingen lassen. Während der Spätöffnungszeiten haben die Kassen bis 20:30 Uhr, der Pfad bis 21:30 Uhr geöffnet. Eine Anmeldung ist nicht nötig.

Bei Fragen zum Programm und rund um den Pfad steht das Team des Baumwipfelpfads Steigerwald unter 09553-98 980-102 gerne zur Verfügung.

Baumwipfelpfad Steigerwald

Der 1.150 Meter lange Holzsteg, der sich langsam durch alle Etagen des Waldes schlängelt und in einem 42 Meter hohen Aussichtsturm gipfelt, eröffnet nicht nur optisch völlig neue Perspektiven auf den Wald und seine Bewohner. Gänzlich aus heimischen Hölzern bestehend und rollstuhlgerecht ausgebaut, erweitert der Pfad den Blickwinkel auch durch eine Vielzahl von spannend aufbereiteten Informationen rund um den Wald und seine nachhaltige Nutzung durch Forstwirtschaft und Jagd.

Öffnungszeiten Sommer vom 26. März 2023 bis 28. Oktober 2023

Einlass täglich 9:00 - 18:00 Uhr

Kassenschluss: 17:00 Uhr

Öffnungszeiten Winter bis 25. März 2023:

Einlass Donnerstag bis Sonntag, 10:00 bis 16:00 Uhr

Kassenschluss: 15:00 Uhr

In den bayerischen Schulferien (inkl. Buß- und Bettag) täglich geöffnet