

PRESSEMITTEILUNG LACH-YOGA-WEG

Lach-Yoga-Weg in Freudenstadt fertig gestellt

In Zusammenarbeit mit Anna Karina Cassinelli Vulcano vom Namasté Yoga-Studio und Freudenstadt Tourismus entstand in Freudenstadt der 1. Lach-Yoga-Weg Deutschlands.

Die abwechslungsreiche kleine Rundtour beginnt am Wanderparkplatz Schömberger Straße (kurz vorm Lauferbrunnen auf der linken Seite) und führt auf 3,6 km durch idyllische Wälder und über wurzelige Fußpfade. 15 unterschiedliche Stationen greifen vielfältige Themen rund ums Lachen und den inneren Frieden auf. Der Lach-Yoga-Weg soll das Bewusstsein für die Wunder der Natur und des Lebens wecken und dazu anregen, die Natur staunend mit allen Sinnen wahrzunehmen und achtsam mit ihr umzugehen.

An den 15 Wegpunkten sind QR-Codes angebracht, die zur Freudenstadt-Homepage und der Beschreibung der jeweiligen Übungen an den Stationen führen.

Für Gruppen werden auf Anfrage auch geführte Touren angeboten.

Weitere Informationen:



<https://www.freudenstadt.de/Wandern/Lach-Yoga-Weg>



© Bild 1 Anna Carina Cassinelli Vulcano

© Bild 2 und 3: Freudenstadt Tourismus

