



## **Ein Kraftplatz zum Ankommen und Abschalten inmitten der Natur Die neuen Yogaplattformen im Naturhotel Forsthofgut**

**Die Vögel zwitschern, es duftet nach Waldluft und der Blick schweift in die Ferne auf die umliegenden Leoganger Steinberge: Die Natur beflügelt alle Sinne, weshalb es immer mehr Yogis nach Draußen zieht. Gäste im Naturhotel Forsthofgut, die auf der Suche nach Erholung sind, finden dank der neuen Yogaplattformen ab sofort einen einzigartigen Rückzugsort inmitten der Natur. Die fünf großzügig gestalteten und aus heimischem Holz gefertigten Plattformen bieten Platz für Gruppen-, wie auch Einzelunterricht, um sich ganz nach dem Motto „Escape to nature“ selbst und der Natur neu zu begegnen. Egal ob Sonnengruß mit Bergblick, diverse Asanas oder Meditationen – der neue Kraftplatz ist nicht nur idyllisch, sondern hat auch eine positive Wirkung auf den Körper: Yoga unter freiem Himmel reduziert unter anderem Stress, löst Verspannungen und stärkt das Immunsystem.**

Im Naturhotel Forsthofgut dreht sich aktuell alles um die Yoga-Philosophie, Achtsamkeit und das eigene Körpergefühl. Passend dazu finden Gäste versteckt in den Wäldern einen neuen Rückzugsort zum Ankommen und Abschalten: Fünf hölzerne Yogaplattformen – umgeben von saftig grünem Moos, beruhigenden Naturklängen, frischer Bergluft und einmaligem Blick auf die beeindruckende Leoganger Bergwelt. Zahlreiche Yoga-Rituale und Meditationen bieten beim Outdoor-Yoga die Möglichkeit Körper, Geist und Seele wieder in Einklang zu bringen. Auf den großzügig gestalteten Yogaplattformen spüren Gäste die wohltuende Wirkung des Waldes sowohl beim Einzel- als auch beim Gruppenunterricht. Die Verbindung mit der Natur in Kombination mit Bewegung und Atemübungen reduziert Stress, steigert die Leistungsfähigkeit, stärkt das Immunsystem, füllt die Vitamin-D-Speicher des Körpers wieder auf und löst Verspannungen.

Um die neuen Yogaplattformen und die Kraft des Waldes selbst zu erleben, können Gäste ein Yoga Special im Naturhotel Forsthofgut buchen. Neben drei bis fünf



Nächten in einem der Naturzimmer inklusive ForsthofgutKÜCHE und mehreren Yogaeinheiten wartet auch ein Yoga-Goodie als Überraschung auf die Yogis. Abgerundet wird das Erlebnis durch Zugang zu Europas erstem waldSPA, mit einer Fläche von 5.700 m<sup>2</sup>.

### **Über das Forsthofgut**

Einst als Forstwirtschaftsbetrieb und kleine Pension geführt, gilt das traditionsreiche Haus heute als Inbegriff für Naturverbundenheit, Heimatliebe, Ruheort und idealer Ausgangspunkt, um in die Leoganger Bergwelt einzusteigen. Mit viel Herzblut und Liebe zum Detail führen Gastgeber Christina und Christoph Schmuck das traditionsreiche Haus. 109 Zimmer und Suiten, viele davon mit atemberaubendem Bergpanorama, erstrahlen in alpinem Design mit modernen Elementen. Ruhesuchende entfliehen dem Alltag im 5.700 Quadratmeter großen waldSPA, atmen bei einer Behandlung auf einer Waldlichtung tief durch oder ziehen ihre Runden im Badesee. Kleine Gäste kommen den heimischen Tieren im Pinzgauer miniGUT, dem hauseigenen kleinen Bauernhof, näher. Mit seiner exponierten Lage am Fuße der Leoganger Steinberge ist das Forsthofgut der ideale Ausgangspunkt für zahlreiche Aktivitäten wie Skifahren, Wandern oder Mountainbiken. Weitere Informationen unter [www.forsthofgut.at](http://www.forsthofgut.at).

### **Pressekontakt:**

Hien Stilkenbeumer  
uschi liebl pr GmbH, emil-geis-straße 1, 81379 münchen  
tel. +49 89 7240292-0, fax +49 89 7240292-11  
mail: [hs@liebl-pr.de](mailto:hs@liebl-pr.de)