



YogaExpo: Unzählige Möglichkeiten

Die erste YogaExpo war 2010 mit rund 8.000 Besuchern in München ein riesiger Erfolg. Kein Wunder also, dass die Veranstalter auf diese Begeisterung ein Jahr später reagieren: Das Eldorado für jeden Yogi, und den, der es werden will, hält im Januar und Februar gleich in vier Großstädten Einzug. In München, Zürich, Köln und Berlin können sich die Besucher unter anderem auf neue Yoga-Trends, Informationen zu alternativen Heilmethoden und Tipps zu vollwertiger Ernährung freuen. Auch Green-Fashion-Fans und Lohas kommen auf ihre Kosten: Zahlreiche Aussteller zeigen ihre neuen Naturmode-Kollektionen und informieren über eine nachhaltige Lebensweise. Abgesehen davon bietet die „Mitmach-Messe“ jede Menge kostenlose Workshops, die für jeden Yogi das richtige Programm bereit halten. Eine gute Gelegenheit, verschiedene Yogarichtungen auszuprobieren! Wem diese Kurse nicht ausreichen, der sollte besonders auf das Programm in München und Köln achten: Hier finden zusätzlich zweieinhalbstündige Intensivkurse mit Größen aus der Yogaszene, wie Ronald Steiner, Anna Trökes, Michael Hamilton, Barbra Noh, Christine May, Michi Kern und anderen statt. Der Neugier und dem Yoga-Genuss sind dabei keine Grenzen gesetzt. Tipp: Rollen sie Ihre Matte rechtzeitig aus – die Workshops sind erfahrungsgemäß sehr begehrt. Ein weiteres Highlight: Erstmals findet im Rahmen der YogaExpo ein Ayurveda-



Forum statt. International bekannte Referenten, Ärzte und Buchautoren teilen ihr Wissen ihrer Ayurveda-Erfahrung und geben Anregungen zur präventiven Gesundheitsförderung. Gleichzeitig bietet dieses Forum Experten neue Impulse für die Zusammenarbeit mit Patienten. Kompetenzpartner der Fachveranstaltung ist Rosenbergs Europäische Akademie für Ayurveda, die bereits seit vielen Jahren Ayurveda-Ausbildungen und Kongresse anbietet.

Auch gemeinsames Chanten kommt auf der YogaExpo nicht zu kurz. Empfehlung der Redaktion: Krishna Das in München. Jeder, der zusammen mit dem Meister des Kirtan stimmungsvolle Stunden verbringen möchte, hat dazu an beiden Abenden die Gelegenheit. In Köln werden Satyaa und Pari das Publikum mit ihrem Gesang verzaubern.

Am Ende der YogaExpo bleibt nur noch eine Frage offen:

Wer wird 2011 die Wahl zur „Miss YogaExpo“ gewinnen?

Die YogaExpo findet 2011 in folgenden Städten statt:

22./23. Januar, München

5./6. Februar, Zürich

12./13. Februar, Köln

26./27. Februar, Berlin

Weitere Informationen zum Programm und allen Teilnehmern unter:

www.yogaexpo.de