



Comunicato Stampa

## Yoga nel Salisburghese: il binomio perfetto per una vacanza tra natura e benessere

*Nel cuore dell’Austria e a stretto contatto con le Alpi orientali, il Salisburghese è un vero e proprio retreat circondato dalla natura più autentica dove rigenerare mente e corpo*



**Milano – maggio 2022.** Il Salisburghese è da sempre una meta perfetta per delle **vacanze rigeneranti volte alla ricerca del benessere personale**. Le ampie distese verdi, l’aria pura tipica di montagna e quel senso di libertà che regalano i luoghi incontaminati sono un must per chi è alla ricerca di una destinazione dove staccare la spina e ricaricare le pile.

Zell am See-Kaprun, nel cuore del Salisburghese tra boschi verdi e laghi azzurri, ospita **“Body, Mind & Soul Weekend”**, un long weekend totalmente dedicato alla remise en forme e alla pratica dello yoga. **Dal 23 al 26 giugno** l’istruttore di power yoga Marcel Clementi organizza delle sessioni di yoga che si svolgeranno in luoghi all’aperto, per invitare i partecipanti a vivere **una vera e propria connessione con la natura** e l’ambiente

Ufficio Stampa: PR & Go Up Communication - [www.prgoup.it](http://www.prgoup.it) - [www.press-goup.it](http://www.press-goup.it)  
Gloria Peccini – [gloria.peccini@prgoup.it](mailto:gloria.peccini@prgoup.it) +39 335 276216  
Eva Barri – [eva.barri@prgoup.it](mailto:eva.barri@prgoup.it) + 39 3483318502

circostante. Alcune delle lezioni, infatti, si svolgono in luoghi iconici del Salisburghese come per esempio il lago di Zell, con vedute panoramiche sui bacini idrici di alta montagna di Kaprun. Un autentico toccasana per mente, corpo e spirito. I partecipanti soggiorneranno al Haidvogel Mavida Zell am See, in camere moderne dotate di tutti i comfort; inoltre, grazie alla Spa di oltre 1.000 metri quadrati il relax continua anche una volta rientrati in hotel per poi terminare al ristorante gourmet dell'hotel Das Vogl, che propone agli ospiti piatti tipici della tradizione.

Per maggiori informazioni: [https://www.zellamsee-kaprun.com/en/accommodation/offers/body-mind-soul-weekend-with-marcel-clementi\\_o-2519512](https://www.zellamsee-kaprun.com/en/accommodation/offers/body-mind-soul-weekend-with-marcel-clementi_o-2519512)

Rimanendo sempre a Zell am See, ogni mercoledì **dal 22 giugno al 7 settembre** l'istruttrice di yoga Monika Rauter organizza delle **lezioni di yoga subito dopo il sorgere del sole**. L'aria fresca di montagna e la **vista mozzafiato di Zell am See** infonderanno nei partecipanti la carica perfetta per iniziare la giornata nel modo giusto, ritrovando forza, flessibilità ed equilibrio. Le lezioni dureranno all'incirca due ore e per potervi accedere non è previsto l'acquisto di alcun biglietto, se non quello della funivia per poter salire al monte Schmittenhöhe.

Per maggiori informazioni: [https://www.zellamsee-kaprun.com/en/events/event-calendar/yoga-on-the-mountain\\_e-5460553](https://www.zellamsee-kaprun.com/en/events/event-calendar/yoga-on-the-mountain_e-5460553)

E per i più temerari che sono alla ricerca di quel pizzico di **divertimento** esiste sup-yoga. **Dal 22 maggio al 28 agosto**, ogni seconda domenica del mese, il lago Zell diventa la cornice ideale per delle lezioni di **sup yoga**: al sorgere del sole, dalle 7:30 del mattino, quando ancora il mondo tutt'attorno si sta svegliando, ogni turista può decidere di ritagliarsi un momento per se stesso e per il proprio benessere, godendosi quei paesaggi che rendono così unico il Salisburghese. La magia di questa attività risiede proprio nel fatto che oltre a cercare un contatto con la natura circostante i partecipanti dovranno impegnarsi a trovare l'equilibrio perfetto sulle dolci acque del lago.

Per maggiori informazioni: [https://www.zellamsee-kaprun.com/en/region/places/infrastructure/early-bird-sup-yoga-at-lake-zell\\_e-6138454](https://www.zellamsee-kaprun.com/en/region/places/infrastructure/early-bird-sup-yoga-at-lake-zell_e-6138454)

Chi desidera proseguire la giornata aggiungendo una sana dose di adrenalina può andare alla scoperta del ghiacciaio di Kitzsteinhorn, un sito visitabile in estate e perfetto per grandi e piccini. Qui, infatti, sull'**Ice Arena Kitzsteinhorn** tutta la famiglia potrà trascorrere giornate spensierate e slittare sulle distese di neve circondati solamente da paesaggi bianchi e temperature sempre miti. Imperdibile è **Gipfelwelt 3000**, ovvero la stazione del ghiacciaio Kitzsteinhorn situata a 3.029 m.s.l.m. che, grazie alla sua piattaforma panoramica, regala ai suoi turisti vedute panoramiche su paesaggi alpini di immensa bellezza, tra cui le cime del Parco Nazionale Alti Tauri e il Grossglockner, la montagna più alta dell'Austria, che fa capolino in mezzo alle nuvole.

Per maggiori informazioni: <https://www.kitzsteinhorn.at/en/gipfelwelt-3000/top-of-salzburg/ice-arena>  
<https://www.kitzsteinhorn.at/en/gipfelwelt-3000>

Grazie al programma BEWEGT IM PARK qualsiasi persona, turisti compresi, da giugno a settembre 2022 può decidere di partecipare a un **programma di esercizi e allenamenti** che si svolgeranno **all'interno di parchi pubblici a Salisburgo da giugno a settembre** il tutto in forma gratuita e senza alcun impegno. Ogni partecipante può decidere quale corso



## Comunicato Stampa

eseguire, se yoga, pilates o fitness, e insieme a istruttori preparati potranno vivere un allenamento di un'ora con consigli utili su come mantenersi in salute. Un'ottima alternativa per **scoprire il Land in maniera del tutto originale** senza dimenticarsi del **benessere fisico** e mentale. Allenarsi all'aria aperta in parchi pubblici, infatti, permetterà ai turisti di ritagliarsi un momento per se stessi godendosi il panorama circostante.

Per maggiori informazioni: [www.salisburghese.com](http://www.salisburghese.com)

Scopri tutto il mondo **Salisburghese** sul nostro [website](#) o seguici sulla Facebook fanpage [Salisburghese](#). Il **Salisburghese**, uno dei 9 Land Austriaci, regala un'esperienza indimenticabile grazie alla bellezza del paesaggio, la ricca offerta culturale, le delizie gastronomiche e i rinomati centri per il benessere termale. Salisburgo, capoluogo del land, è amata per il suo centro storico, fra i più belli d'Europa e dichiarato dall'UNESCO Patrimonio culturale dell'Umanità, per le prelibatezze culinarie e per il suo famoso Festival di musica classica, che ogni anno richiama nella città che ha dato i natali al grande compositore Wolfgang Amadeus Mozart, artisti di fama internazionale. Allontanandosi dal capoluogo del Land lo spettacolo offerto dalla natura è emozionante e la ricca offerta turistica saprà accontentare anche il viaggiatore più esigente; laghi e parchi naturali, miniere di sale, cascate, grotte ghiacciate, malghe, percorsi gastronomici per scoprire tutti i sapori del Salisburghese, attività all'aria aperta, sentieri nel verde, una vasta rete di piste ciclabili, strutture termali, eventi ed appuntamenti culturali che animano il territorio per tutto il corso dell'anno.