



## Lockerer Bodenturnen mit gutem Sound

### Yoga.Wasser.Klang Festival lädt zu Yoga, Musik und Markttreiben nach Planten un Blumen

**Namaste und herzlich willkommen zur dritten Ausgabe des Yoga.Wasser.Klang, einem modernen, urbanen Yoga-Festival mit viel Spirit jenseits von Esoterik-Klischees in Hamburg. Doch nicht nur für Yogis ist etwas dabei: DJs, Musiker und Kunst sowie eine bunte Marktwiese und Massage-Angebote runden das Programm ab.**

Neugierige Gesichter und erfahrene Yogis kommen vom 29. bis 31. August zusammen, um gemeinsam mit- und voneinander zu lernen, die eigene Praxis zu verbessern, bei gutem Sound zu entspannen, sich auszutauschen und Neues kennenzulernen. Klassisches Hatha trifft schwindelerregendes AcroYoga, Meditation trifft auf schweißtreibendes Bikram Yoga, Lütt auf Groot und die lokale Szene auf Gäste aus der ganzen Welt.

Nach zwei erfolgreichen Jahren auf der Elbinsel Kaltehofe im Süden der Stadt zieht das Festival 2014 in die City: in den wunderschönen Park Planten un Blumen. Mitten in der Stadt und doch abgeschirmt vom Trubel ganz im Grün liegt das Festivalgelände nur wenige Gehminuten von den Bahnhöfen „Messehallen“, „Dammtor“ und „St. Pauli“ entfernt.

#### **In den Lüften oder tief verwurzelt - die Kursvielfalt von Hamburgs Yogaschulen vereint**

Ob in den Lüften oder tief verwurzelt – beim Yoga.Wasser.Klang ist die Kursvielfalt von Hamburgs Yogaschulen an einem Wochenende und an einem Ort vereint. So lädt UNIT Yoga zu einem Streifzug durch unterschiedliche Yogastile von Hatha bis Nidra. Wer sich davon überzeugen mochte, dass auch ein Fitnessstudio vielfältige Yogaklassen im Programm hat, sollte beim Yoga.Wasser.Klang unbedingt einen Kurs der Kaifu Lodge besuchen. Die Lehrer vom Yogaraum schenken uns beim Pranayama neue Lebensenergie. Poppig wird es mit den Jungs und Mädels von Monkey Mind Yoga beim Jivamukti-Yoga. Flying Yogi verlegt die Yogapraxis in die Schwerelosigkeit: beim Hängen und Üben in Akrobatiktüchern. Für die anschließende Erdung sorgt eine wohltuende PaAtMa Yoga Massage. Und das AcroYoga vom Sutra Collective lässt uns die Kraft nicht nur am eigenen Körper, sondern auch beim Akrobatikpartner spüren. Eine wunderbare Möglichkeit, Vertrauen und Balance zu üben. Inhale, exhale, enjoy!

Den Wasser-Schwerpunkt des Festivals könnt Ihr gleich an zwei Tagen beim Yoga auf dem SUP (Stand Up Paddle Board) erleben. Hier ist Gleichgewicht gefragt! Auf dem Trockenen bleibt die Surf-Meditation von Driftwood Travelling, die allerdings die beste Voraussetzung für eine Yoga-Surf-Reise bietet!

#### **Entspannte Klänge und chillige Beats aus der Soundmuschel**

Und wer nach dem Verbiegen oder sowieso Lust auf etwas Chillout hat, findet im Programm einige musikalische Höhepunkte: Ganz viel Mind, Body and Soul bringt die Singer-Songwriterin Hanna Leess mit auf die Festivalfläche. DJ Marc Deal ist aus der Hamburger Szene nicht wegzudenken und eigentlich für technolastigere Kooperationen mit Künstlern wie Moonbootica bekannt. Für das Yoga.Wasser.Klang komponiert er eigens ein Chillout-Set. Da reiht sich auch Musiker Raphael Marionneau ein. Für den Vorreiter der europäischen Chillout-Szene wird es ein Leichtes sein, den Besuchern jegliche Hektik zu nehmen und sie auf dem Festival ankommen zu lassen. Das Besondere: Eine Kunstinstallation überträgt das gesamte Musikprogramm in wunderschöne Wasser-Klang-Bilder.

#### **Buntes Treiben auf der Marktplatz - wohltuende Momente auf der Massage-Wiese**

Für jeden geöffnet - egal ob Yogi oder Parkflaneur - ist der bunte Yoga.Wasser.Klang-Markt auf eigener Wiese. Hier gibt es Köstlichkeiten und Kostbarkeiten rund um bewusste Ernährung, Yoga und nachhaltiges Großstadtleben. Kleine Designer und Manufakturen präsentieren ihre Produkte, leidenschaftliche Köche zeigen ihr Können, spannende Initiativen und Projekte erzählen von sich und ihrem Tun. Hier gibt es frisch gemixte Green Smoothies und vegane Snacks, knallige Yogawear und selbstgenähte Kissen, Naturkosmetik und Gemüse-Raten, Netzwerker und Naschkatzen. Lasst euch treiben, um dann glücklich gestärkt in die nächste Yoga-Klasse zu schweben. Oder auf der Wiese auszuspannen. Ein eigener Massage-Bereich wartet mit verschiedenen Wohlfühlangeboten auf euch: Thai-Yoga-Massage, Shiatsu oder klassische Praktiken sorgen für Entspannung und wohlige Körpererlebnisse.

**Wann?** Freitag, 29.8.: 17-22 Uhr, Samstag, 30.08.: 10-22 Uhr, Sonntag, 31.08.: 10-21 Uhr

**Wo?** Planten un Blumen, Eingang Glacischaussee 13 (neben Minigolfanlage), 20359 Hamburg

**www.yogawasserklang.de**

**Eintritt zu Musik, Markt und Gelände frei!**

**Wochenendtickets für die Yoga-Klassen:** 34 EUR im VVK (ticketmaster und an allen bekannten Stellen), 39 EUR an der Tageskasse

**Tagestickets für die Yoga-Klassen:** für Freitag 9 EUR, für Samstag oder Sonntag 19 EUR

**Kontakt:** Yoga.Wasser.Klang Festival, Karolinenstr. 21 / Haus 7, 20357 Hamburg, info@yogawasserklang.de

**Presse:** Jean Rehders & Vivien Malzfeldt, presse@yogawasserklang.de, 0178 78 58 665 & 0151 28 207 833

**Organisation:** Sven Meyer, sven@yogawasserklang.de, 0172 44 71 555

**Stände & Sponsoring:** Anna Wahdat, anna@yogawasserklang.de, 0178 704 96 53

**Yogalehrer & Yogaklassen:** Tina Brunner, tina@yogawasserklang.de, 0172 535 79 86