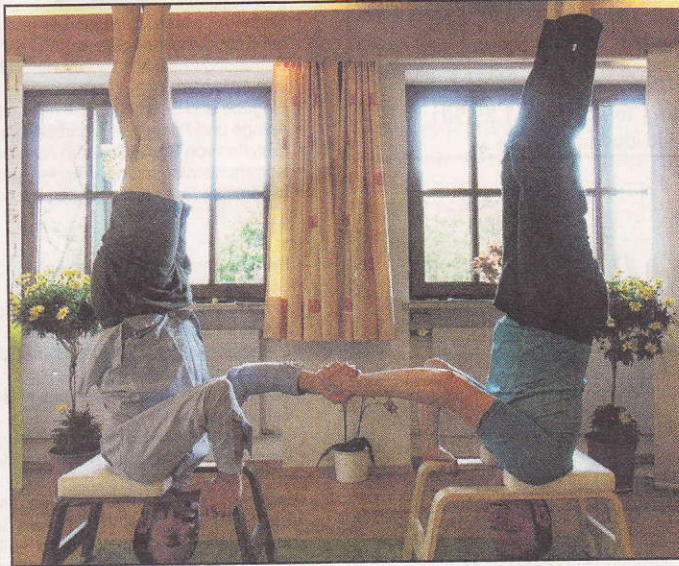


# Yoga Vidya Norderstedt ist neues feetup® Partnerstudio

**NORDERSTEDT** (pmi). Yoga Vidya Norderstedt erweitert sein Angebot und ist nun das erste offizielle feetup® Partnerstudio in der Metropolregion Hamburg. Der FeetUp® Kopfstandhocker ermöglicht auf einfache Weise Umkehrhaltungen im Yoga wie zum Beispiel den Kopfstand. „Mit dem FeetUp® Kopfstandhocker kann man leicht in eine sichere und stabile Kopfüber Haltung ohne Druck auf Hals, Kopf und Wirbelsäule kommen“, sagt Stefan Oettlein, Leiter von Yoga Vidya Norderstedt. „Der Aufstieg ist so kinderleicht, dass selbst Yoga-Anfänger in den Genuss der wohltuenden Umkehrhaltungen kommen können. Auch Yoga-Fortgeschrittene kommen in neue Übungsvarianten, die vorher unmöglich erschienen.“

Mit dem feetup® kann aber nicht nur der König der Asanas, der Kopfstand, sicher praktiziert werden, sondern auch eine Vielzahl an Yogaübungen leicht ausgeführt werden, die bislang in der normalen Haltung zu Schwierigkeiten ge-



**li. Kilian Trenkle (Erfinder des feetup) re. Stefan Oettlein (Leiter von Yoga Vidya Norderstedt) besiegeln die Zusammenarbeit per Handschlag, natürlich feetup.**  
Foto: pmi

führt haben. Der feetup® ist somit ein vielseitiges Hilfsmittel, das auch in bereits bekannten Yogaübungen zu einer vollkommen neuen Erfahrung führt.

Ausprobiert werden kann der feetup® nicht nur in Work-

shops oder Kursen, die es ab sofort bei Yoga Vidya Norderstedt gibt, sondern auch bereits am kommenden Sonnabend, 25. Juni, im Rahmen der Langen Nacht des Yogas ab 18 Uhr. Yoga Vidya Norderstedt nimmt hier bereits zum dritten Mal mit

einem spannenden Programm teil. Das Team von Yoga Vidya Norderstedt freut sich, dir bei der langen Nacht des Yogas einen Einblick in die zahlreichen Angebote, wie Yoga Vidya Yoga, Yoga Vidya Yoga für den Rücken, Business-Yoga, Yoga-Tiefenentspannungstechniken, Ayurveda-Anwendungen, Coaching Psychotherapie, Klangschalenmassagen und einem Stresstest mit Herzratenvariabilitätsscan und Präventionskursen geben zu können, den unser Kooperationspartner, die BKK VBU an diesem Abend anbieten wird.

Alle Angebote finden am Birkenhof 25, Norderstedt (Nahe Herold Center) statt. Der Eintritt beträgt 15 Euro als Spende für den Verein Yoga für Alle e.V., der damit Yoga Menschen ermöglicht, die nicht einfach in ein Yogastudio gehen können, zum Beispiel Menschen im Rollstuhl, im Frauenhaus, Geflüchteten und psychisch kranken Menschen.

Weitere Infos unter [www.yoga-vidya.de/norderstedt](http://www.yoga-vidya.de/norderstedt)