

Pressemitteilung

Yoga ist Urlaubstrend

Vom Nischen-Programm zum Erfolgssport

Münster 19. März 2019. Entspannung und Erholung zu finden, zählt regelmäßig zu den wichtigsten Urlaubsgründen der Deutschen. Der Münsteraner Reiseveranstalter Frosch Sportreisen setzt dazu statt auf Sonnenliegen am Strand auf den großen Sporttrend der letzten Jahre: Yoga.

Denn längst wird Yoga nicht mehr nur als Esoterik und alternative Lebensweise abgetan, sondern ist in der Mitte der Gesellschaft angekommen. Vor allem steigt die Nachfrage, Yoga auch in den Alltag zu integrieren und so Flexibilität, Stressresistenz, Gesundheit und Fitness zu fördern. Das führt nicht nur zu exotischen Blüten wie Bier-Yoga, Hunde-Yoga und sogar Yoga mit Ziegenbabies. Auch die Münsteraner Sportreise-Experten stellen eine stark steigende Nachfrage fest und bieten in diesem Jahr gleich 19 Reisen mit Yoga-Bestandteilen an. „Vom kleinen Nischen-Programmpunkt hat sich Yoga langsam aber sicher zum Frosch-Standard entwickelt. In den letzten beiden Jahren haben wir zahlreiche Sportclubs mit geeigneten Räumen ausgestattet und können feststellen, dass Yoga neben Wandern und Biken zu einer unserer beliebtesten Sportarten geworden ist“, beschreibt Frosch-Pressesprecher Sebastian Rosendahl die Entwicklung.

Dabei setzen die Frösche auf einen gesellschaftlichen Trend. So hat auch der Berufsverband der Yogalehrenden (BDY) in Deutschland für das vergangene Jahr analysiert: 16 Prozent der Bevölkerung haben Yoga-Erfahrung, fünf Prozent, also rund 3,4 Millionen Menschen, praktizieren Yoga. Im Jahr 2014 waren es demnach drei Prozent – rund 2,6 Millionen. Ein Großteil aller Yoga-Praktizierenden, so schildert es der BDY, üben Yoga neben Kurs- und Studiobesuchen auch zuhause aus.

Daneben erfreuen sich nicht nur Yoga-Angebote im Arbeitsalltag einer großen Beliebtheit. Auch die Möglichkeit, Yoga im Urlaub zu praktizieren – oder überhaupt mal auszuprobieren – findet immer größeren Anklang, so Rosendahl. Besonders gefragt sei für den kommenden Sommer die Kombination aus Wandern und

Ansprechpartner

Sebastian Rosendahl
Pressesprecher

+49 251 927 88 78
sebastian.rosendahl@
frosch-sportreisen.de

www.frosch-sportreisen.de/presse
[www.facebook.com/
Frosch.Sportreisen](https://www.facebook.com/Frosch.Sportreisen)

Frosch Sportreisen GmbH
Dahlweg 112, 48153 Münster

Yoga. Auf Madeira und Mallorca, Samos, Ibiza und Formentera verbinden die Frösche die Entschleunigung des Wanderns mit intensiver Yoga-Praxis. „Wanderungen durch traumhafte Landschaften führen zu Orten, die für Yoga-Einheiten schöner kaum sein könnten: An weiße Sandstrände, zu idyllischen Waldlichtungen – eben an Orte, die wie geschaffen sind, um inne zu halten und den Urlaub zu genießen“, erklärt Rosendahl das Prinzip hinter dem Reisekonzept. So werden in der Regel 5-6 Wanderungen pro Woche mit täglich mehreren Yoga-Einheiten kombiniert.

Dabei lassen die Münsteraner Raum für die unterschiedlichsten Ansätze und gehen gar nicht erst auf Grundsatz-Debatten ein. „Ganz gleich, ob Yoga nur Sport oder doch weit mehr ist, zu Sportreisen passt Yoga unserer Meinung nach unbeding. Der Einen geht es dabei rein um die Bewegung, der Andere lässt sich auch auf die Philosophie dahinter ein. Das möchten wir niemandem vorschreiben“, so Rosendahl.

Alle Informationen zu den Yoga-Angeboten bei Frosch Sportreisen finden Sie unter <https://www.frosch-sportreisen.de/sportangebote/outdoor-wellness/yoga>

Bildunterschrift: Besonders beliebte Urlaubskombination: Yoga-Wandern mit Übungen am Strand © Frosch Sportreisen GmbH

Bild-Download: https://www.frosch-sportreisen.de/assets/download/presse/Urlaubstrend-Yoga_FroschPM_1.jpg

Aktuelles Bildmaterial zur redaktionellen Verwendung finden Sie unter www.frosch-sportreisen.de/presse

Über Frosch Sportreisen

Frosch Sportreisen ist Spezialveranstalter für Sport- und Aktivreisen mit Fokus auf Reisezielen abseits des Massentourismus in exklusiven Unterkünften, einer umfangreichen Betreuung durch speziell ausgebildete Reiseleiter und Sportanimateure sowie diesem speziellen Frosch-Gefühl, das zwanglos individuelle Reisen und gemeinsame Gruppen-Erlebnisse vereint. Die Zielgruppen sind Familien, Paare, Singles und Alleinreisende im Alter zwischen 30 und 55 Jahren. Das Unternehmen wurde 1984 gegründet und beschäftigt heute rund 50

Festangestellte in der Zentrale in Münster sowie mehr als 500 Mitarbeiter an den Urlaubsorten. Im Jahr 2018 erreichte Frosch mit rund 30.500 Gästen einen Umsatz von über 30 Millionen Euro. Der Unternehmensname ist aus den Namen der Geschäftsführer Volker Frost und Holger Schweins entstanden.

