



Yogalärare Nikki Costello från New York gästar Hagabadet

En av New Yorks mest inflytelserika yogalärare, Nikki Costello besöker Göteborg och Hagabadet den 3 juni.

Hennes klass, *The Teachers's Practice*, är legendarisk bland New Yorks yogalärare och det är ofta en lång väntelista. Nikki Costello undervisar på populära Kula Yoga och Yoga Shanti i New York. Samtidigt har hon en välkänd praktik där hon utbildar och vägleder personer på olika nivåer. Nikki lever för att dela sin passion för yoga och har skapat flera unika utbildningsmöjligheter för yogastudenter. Flera av hennes klasser är legendarisk bland New Yorks yogisar och det är ofta väntelista för att delta i Nikkis veckomöten.

Nu erbjuder Hagabadet en unik möjlighet för både den som själv undervisar samt den som yogar själv att fördjupa sin praktik med en av New Yorks mest inflytelserika yogalärare, Nikki Costello.

Det är mycket sällan de riktigt stora internationella yogalärarna kommer till Sverige och Göteborg för att erbjuda en så intim, exklusiv och personlig workshop med max 35 personer.

Tillfället är helt unikt. Den som vill fördjupa sin praktik med en av New Yorks mest inflytelserika yogalärare, Nikki Costello ska ta chansen nu, säger Helene Johansson, Wow Experience Manager på Hagabadet.

I Sverige har intresset för yoga växt sig allt starkare de senaste åren. Kunskapen, influenserna och utvecklingen tar sitt avstamp i de gamla indiska yogatraditionerna och utvecklas i modern tappning i de stora städerna som till exempel New York.

- På Hagabadet har vi på 10 år gått från ett fåtal klasser på vårt schema till mellan 80 - 100 klasser i veckan vid högsäsong, säger Helene.

Det är viktigt för oss att erbjuda ett gediget yogautbud med både bredd och djup. Det är något vi ständigt arbetar med. Att nu också få besök av Nikki Costello är ett led i det arbetet. Vi är stolta över att kunna erbjuda störst yogautbud i Göteborg, ja, troligtvis i hela Sverige, fortsätter Helene.

Workshop på Hagabadet med Nikki Costello

Yogalärare Nikki Costello gästar Hagabadet i Göteborg den 3 juni och håller två olika workshops. En workshop för aktiva yogalärare, *The Teachers's Practice* - en unik klass och en möjlighet för dig som yogalärare att lära, inspireras och utvecklas.

Samt en workshop öppen för vana yogautövare, *The Vitality Practice* - en klass som fokuserar på att komma åt den inre reservoar av vital energi, din prana genom fysiska rörelser, asanas, andning, Pranayama samt meditation och yogafilosofi.

Klubb: Hagabadet city, Södra Allégatan 3 ingång Haga Östergata. Endast förbokning.

OM HAGABADET

Hagabadet har sin grund på 1870-talets Göteborg och ett arbete med att göra göteborgarna mer hälsosamma och att undvika sjukdomar. Det arbetet fortsätter även idag. Hos Hagabadet blandas historiska miljöer med modern teknik och aktuell klokskap kring träning och hälsa för att ge våra medlemmar, gäster och alla göteborgare ett bättre och längre liv.

Hagabadet erbjuder en unik kombination av träning, bad, relax, massage, skönhetsbehandlingar och god mat och dryck - allt under samma tak och med samma tänk kring nytta och njutning – för såväl kroppen och hjärnan som för hjärtat och själen.