



## PRESSEINFORMATION

### **Yoga & Beats in der FABRIK Bayreuth: NOSADE & die FABRIK Bayreuth veranstalten anlässlich des Internationalen Yoga Tages erste YOGAFABRIK**

**Berlin/Bayreuth, 24. Mai 2017.** Anlässlich des Internationalen Yoga Tages rollen NOSADE und die FABRIK Bayreuth am 21. Juni die Yogamatten auf dem Dance Floor aus, um mit einer kraftvollen Yoga-Session und einem passenden Set von Resident DJ Pete Kaltenburg körperbewusst und gelassen in den Sommer zu starten.

„Regelmäßig gehen wir mit NOSADE im Sommer auf Tour, um reisebegeisterte und entdeckungsfreudige Yogis neugierig auf unsere Yogareise-Formate zu machen, die wir den Rest des Jahres in Marokko anbieten. Für die Touren suchen wir uns jedes Jahr spezielle Locations in Städten aus, mit denen uns etwas verbindet, um Interessierte durch unseren Yoga für einen Moment, einen Kurzurlaub in 1001-Nacht eintauchen zu lassen. Es ist toll, dass mein langjähriger guter Freund Ahmad sofort auf meine Idee aufgesprungen ist, ein Yoguevent in der FABRIK zu machen und ich freue mich sehr darauf mit ihm und unseren Teams die erste YOGAFABRIK in meiner Heimat umzusetzen“, erklärt die gebürtige Bayreutherin Anica Alla, Kopf und Herz hinter dem Yogareise-Unternehmen NOSADE den Ansatz der YOGAFABRIK.

FABRIK-Betreiber Ahmad Kord Bacheh bietet mit der Fabrik eine Plattform, mit der er nicht nur musikalisch immer neue Trends nach Bayreuth holt: „Wir stehen mit der Fabrik dafür, immer neue Künstler nach Bayreuth zu holen und eine Plattform für neue Veranstaltungs-Formate zu schaffen. Die Idee von NOSADE, Musik und Yoga zu verbinden, fand ich aussergewöhnlich, neu - und deshalb spannend! Auch mein Resident DJ Pete Kaltenburg hatte sofort Lust darauf. Also sperren wir am 21. Juni die Fabrik-Türen für die erste YOGAFABRIK auf! Wir sind total gespannt und freuen uns, viele Musik- und Yoga-Begeisterte, Experimentierfreudige und Neugierige auf den ausgerollten Matten vor den Turntables zu begrüßen - am 21. Juni ist ja auch Sommeranfang, dann können sich die Leute bei der YOGAFABRIK schon mal ans Schwitzen gewöhnen – denn auch der Fabrik-Sommer wird heiß und aufregend.“

Intersport Giessübel, Bayreuther Lokalmatador in Sachen Sport-Ausstattung, begrüßt das Format und stellt 50 Matten für die YOGAFABRIK zur Verfügung, die die Teilnehmer im Anschluss zum Super-Sonderpreis von 10 EUR erwerben können.

Bei der 1. YOGAFABRIK in Bayreuth sind ausdrücklich alle Yoga-Erfahrungs-Level herzlich willkommen. Yoga wird barfuß geübt und leichte, bequeme und nicht zu weite Kleidung empfohlen.

### **Über NOSADE:**

NOSADE ist spezialisiert auf Yoga Reisen in Marokko. 2014 von Anica und Yidir Alla gegründet, teilt NOSADE authentische, individuelle und familiäre Reiseerlebnisse mit gleichgesinnten Nomadenherzen im wunderschönen, weiten und seit jeher faszinierenden Marokko.

Weitere Informationen: <http://nosade.com/>

### **Über die Fabrik:**

FABRIK... dein Club.

Nicht irgend ein Club, dein Club! Die Plattform für Hip Hop bis House, Oldschool oder Hits, deine FABRIK bietet dir alles. Eine einmalige Location, internationale Top-Bookings gepaart mit einem professionellen Gastro-Konzept. Die Nummer 1 im Bayreuther Nachtleben!

<http://fabrik-bayreuth.com/>

### **Pressekontakt NOSADE**

Katrin Witt  
mobile: +49 (0) 172 57 60 578  
mail: [press@nosade.com](mailto:press@nosade.com)  
web: <http://nosade.com>

### **Pressekontakt FABRIK**

Peter Heinze  
+49 1785522177  
mail: [media@fabrik-bayreuth.com](mailto:media@fabrik-bayreuth.com)  
<http://fabrik-bayreuth.com/>

## **Anlage: Basis-Informationen zum Yoga und dem Internationalen Yoga Tag**

Yoga ist weit mehr als nur ein kurzfristiger Trend: Das Sanskrit-Wort Yoga bedeutet „Einheit / Verbindung“ und ist eine aus Indien stammende, über 5000 Jahre alte Praxis und Lebensphilosophie, die hilft, Körper, Geist und Seele in Einklang zu bringen. Im Yoga geht es um die Qualität von Offenheit. Es geht um Bewusstsein und Sensibilität und es geht um die Verbindung und Kultivierung dieser Fähigkeiten. Im Yoga geht es um Anstrengung und Entspannung und um das Entdecken von Entspannung in der Anstrengung. Es geht um das kontinuierliche Überprüfen unseres Verhaltens, vor allem aber um das Bewusstsein auf der Yogamatte und im Alltag.

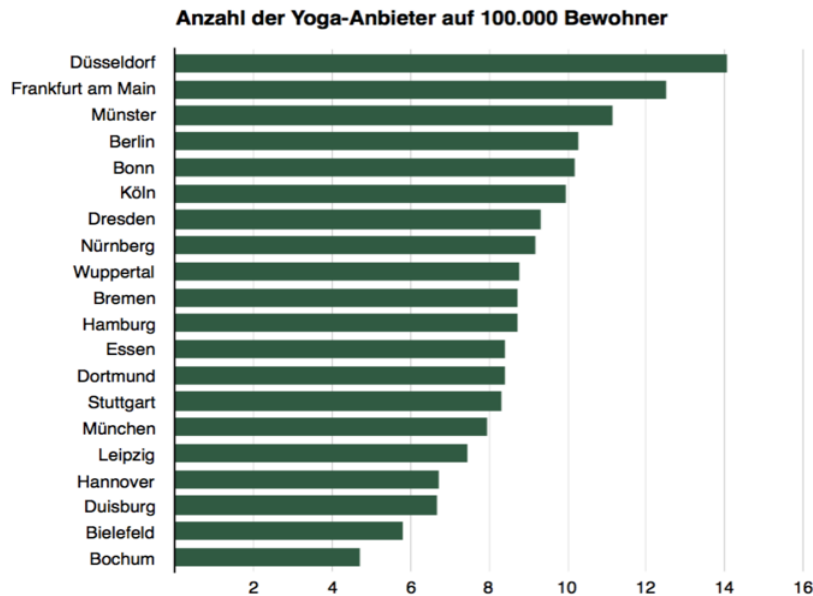
Dabei gibt es verschiedene Interpretationen der alten yogischen Philosophie und eine Vielzahl an verschiedenen Yoga-Stilen. NOSADE lehrt ganzheitliches Yoga unter gesundheitszuträglichen Aspekten. Unsere Unterrichtsstile reichen von Anusara, Hatha und (Power) Vinyasa Flow, Iyengar, über restoratives Yoga und Yin Yoga. Mit einem Fokus auf biomechanische und anatomisch saubere Bewegungsabläufe, betrachten wir Yoga als eine Form der Förderung und Aufrechterhaltung von Lebensqualität, Gesundheit und Eigenverantwortung auf körperlicher, emotionaler, geistiger und spiritueller Ebene.

Mit der Grundüberzeugung, dass das reine Praktizieren von Posen nicht genug ist, um ein gesundes, vor allem bewusstes Empfinden für unseren Körper im Innen und Außen zu kultivieren, vertiefen wir mit NOSADE auf unseren Reisen das Verständnis für unsere eigenen (Bewegungs-) Muster im Yoga und stellen über den Yoga immer wieder den Bezug zum Alltag her. Die Jahrtausende alte Philosophie des Yoga in ihrer Vollumfänglichkeit verbunden mit einer Weiterentwicklung und Anpassung der Asana (Körperhaltung bzw. physische Übungen) an die Bedürfnisse des menschlichen Körpers des 21. Jahrhunderts macht Yoga zu einem wunderbaren, hilfreichen, klaren und bereichernden Weg für Menschen jeden Alters.

### **Aktuelle Zahlen**

Laut einer Studie des Bund der Deutschen Yogalehrer (BDY) aus 2014 praktizieren allein in Deutschland ca. 2,7 Millionen Menschen Yoga, in den USA sind es weit über 20 Millionen. Sogar die deutsche Fußballnationalmannschaft weiß inzwischen um die kräftigenden und zugleich entspannenden Vorteile einer regelmäßigen Yogapraxis und lässt sich regelmäßig von dem bekannten, in München lebenden Yogalehrer Dr. Patrick Broome unterrichten.

Deutschlands Yoga-Hauptstadt ist Düsseldorf: Auf 100.000 Düsseldorfer kommen gut 14 Yogaschulen und -studios. Berlin bleibt mit über 300 aktiven Yogaschulen und -studios unangefochtene Yoga-Metropole (in absoluten Zahlen gerechnet).



Quelle: <https://www.fitogram.de/pro/articles/yoga-markt-2016-yoga-atlas>

### **Internationaler Yoga Tag**

Dieser weltweiten Bewegung Rechnung tragend, hat die Generalversammlung der Vereinten Nationen im Dezember 2014 den 21. Juni zum Internationalen Yoga Tag ernannt. Die Initiative dazu kam von dem Indischen Ministerpräsident Mr. Narendra Modi, der in seinem Antrag Yoga als ein Geschenk der Indischen Tradition bezeichnete, das von unschätzbarem Wert sei. Dabei beschreibt er Yoga als ganzheitlichen Ansatz für Gesundheit und Wohlbefinden, da Yoga Einheit von Geist und Körper, von Denken und Handeln, von Zurückhaltung und Erfüllung sowie von Harmonie zwischen Mensch und Natur bedeutet. Der Antrag wurde mit großer Zustimmung angenommen und seither wird der Internationale Yoga Tag von 175 Nationen, einschließlich USA, Kanada und China getragen und unterstützt.

### **Anerkennung des Yoga in Deutschland**

Dass Yoga einen positiven Einfluss auf die Gesundheit hat, ist kaum mehr umstritten. Deshalb übernehmen Krankenkassen in Deutschland auch zunehmend Kosten zwischen 80 und 100%, für Yogakurse als Präventionsmaßnahme. Bedingung bei allen ist, dass die Teilnehmer 80% des geförderten Kurses besuchen müssen.

Einen Überblick zu den ersten umfangreicheren Studien zu gesundheitlichen Aspekten der Yogapraxis gibt es hier: [http://www.viveka.de/pdf/viveka\\_45\\_Yogastudien.pdf](http://www.viveka.de/pdf/viveka_45_Yogastudien.pdf)

<http://www.geo.de/magazine/geo-magazin/903-rtkl-alternative-medizin-wie-und-warum-wirkt-yoga-das-sagt-die-wissenschaft>