

Urlaub für Best Ager

13.04.2012, 09:19 | Tourismus, Auto & Verkehr

Pressemitteilung von: *Indigourlaub*



Urlaub für Best Ager

Pressemitteilung: Linz, 12. April 2012

INDIGOURLAUB: Besondere Reisen für besondere Menschen.
Urlaub für Best Ager

Für die Generation 50plus bietet der Linzer Reiseveranstalter Indigourlaub im Juni und September neu ein eigens auf die Bedürfnisse dieser Zielgruppe abgestimmtes Urlaubsangebot an. Yoga, Meditation, mentale sowie spirituelle Impulse richten sich an jene, die aktiv dazu beitragen möchten, diesem Lebensabschnitt das Beste abzugewinnen.

Was versteht man unter Best Ager?

Eine einheitliche Definition von „Best Ager“ gibt es bisher noch nicht, man versteht darunter aber Menschen ab einem Alter von 50 Jahren, die noch im Berufsleben stehen oder es gerade abgeschlossen haben und sich subjektiv im „besten Alter“ befinden. Best Ager, heutzutage viel agiler und aktiver als seinerzeit, erfüllen sich nun Bedürfnisse und Wünsche, auf die sie bisher durch Job und/oder Familie verzichtet haben. Sie sind Neuem aufgeschlossen und bestrebt, diesen Lebensabschnitt, in dem sie zeitlich flexibler und finanziell unabhängiger sind, ganz bewusst für ihr Wohlbefinden und ihre Gesundheit zu nutzen.

Für viele Best Ager ist es allerdings anfangs nicht leicht, sich in der neuen Lebenssituation (zB Pensionierung o.ä.) zurechtzufinden. Sinnkrisen, Zukunftsängste oder ein Gefühl der Leere sind nicht selten Begleiterscheinung dieser Phase. Umso mehr unterstützt die Auseinandersetzung mit Themen wie körperlicher und mentaler Fitness, aktivem Älterwerden und Persönlichkeitsentwicklung.

Die Programminhalte

Das Programm „Das Beste im Leben“ setzt genau bei diesen Bedürfnissen an und bietet mit täglichen Yogaeinheiten eine optimale Möglichkeit, den Körper auf sanfte Weise fit zu halten. Bei Meditationen steht die Tiefenentspannung und die innere Ruhe im Vordergrund. Tägliche Gruppenarbeiten widmen sich dem Rückblick und den Blick nach vorne. Fragen wie „Halbzeit? Was kommt da noch? Lebe ich das, was mich glücklich macht?“ werden in der Runde Gleichgesinnter in

verschiedenen Prozessen und mit unterschiedlichen Methoden betrachtet.

Die Programmleiterin

Heidemarie Stadlbauer, 60, selbst Best Ager, leitet seit über 20 Jahren Kurse zu spirituellen Themen. Sie ist ausgebildete Yogalehrerin und vor allem durch ihre einfühlsame Begleitung eine Bereicherung für jeden Programmteilnehmer.

Der Programmmort

Die einzigartige Lage der Villa Sonnwend beim Nationalpark Kalkalpen in Oberösterreich bietet Gelegenheit, sich in Ruhe und in der Natur, abseits vom Alltag, den Programminhalten zu widmen.

Termine und Preis

Termine: 2.-6. Juni 2012 und 12.-16. September 2012

Preis: € 490,- pro Person im Doppelzimmer, Aufpreis Einzelzimmer € 40,-

Der Preis inkludiert das Programm, Übernachtung, Halbpension, Benutzung des Saunabereiches.

Katalogbestellung, Beratung und Buchung

Indigourlaub – Besondere Reisen für besondere Menschen

Postfach 57

A-4046 Linz

Tel: +43 (0) 676 84 24 04 401

Mail: office@indigourlaub.com

Web: www.indigourlaub.com

Portrait

Indigourlaub ist spezialisiert auf Reisen mit Programmschwerpunkte wie Yoga, Qi Gong, Spiritualität, Persönlichkeitsentwicklung u.v.m.

News-ID: 623883 • Views: 882 (Stand: 03.08.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/623883/Urlaub-fuer-Best-Ager.html>