

Pressemitteilung

Landesgartenschau
Bad Schwalbach 2018 GmbH

Adolfstraße 38
65307 Bad Schwalbach

Telefon: 06124/500-500
Telefax: 06124/500-550

landesgartenschau@bad-schwalbach.de
www.landiesgartenschau.bad-schwalbach.de

Ansprechpartner:

Sven Stahl
sven.stahl@bad-schwalbach.de
Telefon: 06124/500-503

Für Körper, Geist und Seele Wellness-Wochenende auf der Landesgartenschau

Bad Schwalbach, 11. Juli 2018.

Ein Tag auf der Landesgartenschau ist ohnehin schon ein Kurzurlaub. Am kommenden Wochenende können die Besucher auf dem Gelände aber nicht nur den Alltag hinter sich lassen, sondern zusätzlich Körper, Geist und Seele in Einklang bringen. Dazu gibt es zahlreiche Angebote – von der mobilen Massage bis zum Training für das Gehirn.

Das Wellness-Wochenende der Gartenschau beginnt bereits am **Freitag, 13. Juli**, um 11 Uhr mit Entspannung im Park. Rund um den Stahlbrunnen bietet Katja Sümenicht mit ihrer Firma „Alleva – Gesundheit in Balance“ aus Wiesbaden eine Mitmachstunde mitten im Grünen an. Die Shiatsu-therapeutin, Yoga- und Qigong-Lehrerin zeigt den Besuchern Übungen zur Konzentration, zur körperlichen Balance zur Bewegung, die gleichzeitig entschlacken und die Vitalität steigern. Am **Samstag, 14. Juli**, steht von 13 bis 14 Uhr Qigong auf dem Programm, das mit weichen, fließenden Bewegungen im Stehen und geistiger Konzentration den gesamten Organismus stärkt und zu innerer Ruhe führt. Und am **Sonntag, 15. Juli**, steht dort alles im Zeichen von Hund-, Katze- und Kuh-Übungen. Dann wird dort ab 14 Uhr gemeinsam Yoga praktiziert, um den Körper in Balance zu bringen und damit geistige Gelassenheit zu finden.

An der Bühne am Kurweiher können die Besucher ihren Kopf und den gesamten Körper in Schwung bringen. Die „relaxcompany“ zeigt dort am **Freitag von 13 bis 15 Uhr** sowie am **Samstag und Sonntag von 11 bis 16 Uhr** unter dem Titel „BrainFit“, wie man mit kurzen Koordinations- und Bewegungsübungen seine Konzentrationsfähigkeit und Gehirnleistung verbessern kann. Der Begriff „Moving“ steht dann für vier effektive Übungen zur Entspannung. Die vier locker und langsam durchgeführten Bewegungen, die gerade mal drei Minuten Zeit in Anspruch nehmen, aktivieren die Bandscheiben, dehnen Sehnen und Bänder, lockern die Rückenmuskulatur und bringen den Geist zur Ruhe. Die Teilnehmer können die Übungen danach auch zu Hause weiter ausführen.

Selbst beim Rundgang über das Gelände treffen die Besucher in der Nähe der Schaugärten auf qualifizierte Therapeuten der „relaxcompany“, die auf mobilen Massagestühlen mit Druckpunktmassage gegen Verspannungen vorgehen. Sie sind dort am Freitag von 12 bis 16 Uhr sowie am Samstag und Sonntag von 11 bis 17 Uhr unter schattigen Bäumen und greifen den Besuchern gerne in den verspannten Nacken – natürlich über Hemd und Bluse.

Gläubiger-Identifikationsnummer:
DE88ZZZ00001301871

USt-Identnummer: DE193967742
Steuer-Nummer: 04325050024

Nassauische Sparkasse
Kto.-Nr.: 393 203 439
BLZ: 510 500 15
IBAN: DE 92 5105 0015 0393 2034 39
BIC: NASSDE55XXX

Amtsgericht Wiesbaden / HRB 16509
Aufsichtsratsvorsitzender:
Bürgermeister Martin Hußmann
Geschäftsführer:
Michael Falk und Reinhard Goos

Entspannende Musik dazu bietet am Samstag das Frankfurter Trio Ampless, das mit Saxophon, Gitarre und Kontrabass an immer wieder neuen Orten des Geländes Evergreens, Jazz und Popsongs interpretiert. Am Sonntag thematisiert sogar der Gottesdienst um 12 Uhr in der Lichtkirche die Beschäftigung mit dem eigenen Körper und Geist. Er steht unter dem Motto „Was für mich“ und wird von Oberkirchenrat und Pfarrer Stephan Krebs aus Darmstadt gehalten.

Bei Sport und gemeinsamem Spiel den Alltag zu vergessen, kann ebenfalls Balsam für die Seele sein. Deshalb laden die Stadtteile Bad Schwalbachs am Samstag und Sonntag von 11 bis 16 Uhr auf der Veranstaltungswiese zu Aktivitäten für alle Altersklassen ein.

Das Wellness-Wochenende klingt am Sonntag um 17 Uhr mit einem besonderen Erlebnis in der Lindenallee im Röthelbachtal aus: einem Gong-Konzert unter dem Titel „Reise zur Stille“. Zwischen Blumeninseln und grünen Wiesen schlägt die Atem- und Klangtherapeutin Brigitte Hahl aus Schlangenbad dann ihren großen Gong an und bringt ihn zum Schwingen. Die kraftvolle Klangwelle berührt nicht nur die Ohren, sondern ist auch im Körper spürbar und wirkt garantiert nach.

Herzlich Willkommen auf der Landesgartenschau Bad Schwalbach 2018

„Natur erleben. Natürlich leben“, so lautet das Motto der 6. Hessischen Landesgartenschau, die sich vom 28. April bis zum 7. Oktober 2018, in der sympathischen Kreisstadt im Taunus auf Ihren Besuch freut und Ihnen einen duftenden Empfang bereiten wird. Sie sind eingeladen in den historischen Kurpark der Stadt, der anlässlich der Gartenschau in neuem Glanz erstrahlt. Mitmachen, erleben und staunen, ganz nach dem Motto „Natur erleben. Natürlich leben.“ ist das Ziel dieser Landesgartenschau.

Gartenschau – das sind Natur, Kultur und regionale Spezialitäten, also – treten Sie ein und lassen Sie sich inspirieren vom Rendezvous im Park, informieren Sie sich in der Gartenkultur, werden Sie in der Natur aktiv, promenieren Sie zwischen Kurhaus und Stahlbrunnen, nehmen Sie eine kleine Auszeit an Ihrem Gartenschautag und tauchen Sie ab in das Landleben im Taunus. Kurzum – genießen Sie die einzigartige Mischung aus Tradition, grünem Lifestyle, aktueller Gartenkultur und regionalen Beiträgen – und kommen Sie nach Bad Schwalbach zur Landesgartenschau 2018!

Pressekontakt:

Sven Stahl

Öffentlichkeits- und Pressearbeit



Landesgartenschau Bad Schwalbach 2018 GmbH

Adolfstraße 38

65307 Bad Schwalbach

Tel.: 06124-500 503

Fax: 06124-500 550

Mail: sven.stahl@bad-schwalbach.de

Web: www.landesgartenschau.bad-schwalbach.de