

350 Yoga-Fans erobern den Akademiestadion: Glow & Flow Festival startet!

Erleben Sie das Glow & Flow-Festival am 27. Mai 2025 im Akademiestadion, Wiener Neustadt – ein Highlight für Yoga- und Fitnessliebhaber!



Akademiestadion, Wiener Neustadt, Österreich - Am 27. Mai 2025 fand im Akademiestadion von Wiener Neustadt das erste „Glow & Flow“-Festival statt, welches über 350 Yoga-Fans anzog. Diese Veranstaltung sollte ein besonderes Highlight für alle Interessierten an Yoga, Lifestyle und Fitness darstellen. Wie **noen.at** berichtet, bot das Festival ein abwechslungsreiches Programm aus dynamischen Yoga-Sessions, intensiven Workouts und inspirierenden Vorträgen von erfahrenen Trainerinnen und Trainern sowie Expertinnen und Experten.

Das „Glow & Flow“-Event als erstes Mini-Festival für Bewegung,

Achtsamkeit und innere Balance war ursprünglich auf dem Picknickgelände im Akademiestadion geplant. Bürgermeister Klaus Schneeberger und Kulturstadtrat Franz Piribauer organisierten die Veranstaltung, die darauf abzielte, sowohl Körper als auch Geist zu fördern. Ergänzend dazu wurde die Veranstaltung in Zusammenarbeit mit MÄX realisiert, erfährt man von **wiener-neustadt.at**.

Vielfältiges Programm für jede Altersgruppe

Das Programm umfasste eine breite Palette an Aktivitäten, darunter Achtsamkeitsmeditationen, Vinyasa-Flows und Yin Yoga. Zusätzlich wurden Workshops angeboten, die sich mit Themen wie Handstand-Technik, Chakren-Atmung und Anatomie im Yoga beschäftigten. Hierbei sollten auch die inspirierenden Talks zur Integration von Achtsamkeit in den Alltag nicht fehlen.

Die Besucher hatten die Möglichkeit, sich an Ständen für Yoga-Accessoires, handgemachten Schmuck und nachhaltige Produkte zu informieren. Ein Foodcorner sorgte für gesunde Snacks und erfrischende Getränke zwischen den zahlreichen Sessions. Der Zeitplan für die einzelnen „Flow“- und „Glow“-Stages enthielt Highlights wie die Achtsamkeitsmeditation mit Sabrina um 09:00 Uhr und das Power Yoga mit Gosia um 14:00 Uhr, was die Vielfältigkeit der Veranstaltung unterstrich.

Yoga-Trends 2025

Im Jahr 2025 wird Yoga mehr denn je als eine feste Säule für körperliche Gesundheit und innere Ausgeglichenheit wahrgenommen. Trends aus der aktuellen Fitness-Szene zeigen, dass Yoga sich zunehmend diversifiziert, mit klassischen Stilen und innovativen Ansätzen. Bei den Top 10 Yoga-Trends 2025 finden sich unter anderem Stile wie Shakti-Yoga, Slow Flow Yoga und sogar Yoga mit Tieren, die den Aspekt der emotionalen

Verbindung auf spielerische Weise integrieren. Insbesondere die Kombination aus Achtsamkeit und Bewegung wird als zentral angesehen und spiegelt sich auch in den Aktivitäten des Festivals wider, wie **womenshealth.de** betont.

Die Veranstaltung „Glow & Flow“ in Wiener Neustadt zeigt, wie wichtig solche Plattformen für die Verbreitung von Achtsamkeit und Wellness sind. Durch die Förderung von Körper und Geist wird den Teilnehmern die Möglichkeit geboten, sich mit neuen und vielseitigen Yoga-Stilen vertraut zu machen.

Details	
Vorfall	Sonstiges
Ort	Akademienpark, Wiener Neustadt, Österreich
Quellen	• www.noen.at • www.wiener-neustadt.at • www.womenshealth.de

Besuchen Sie uns auf: die-nachrichten.at