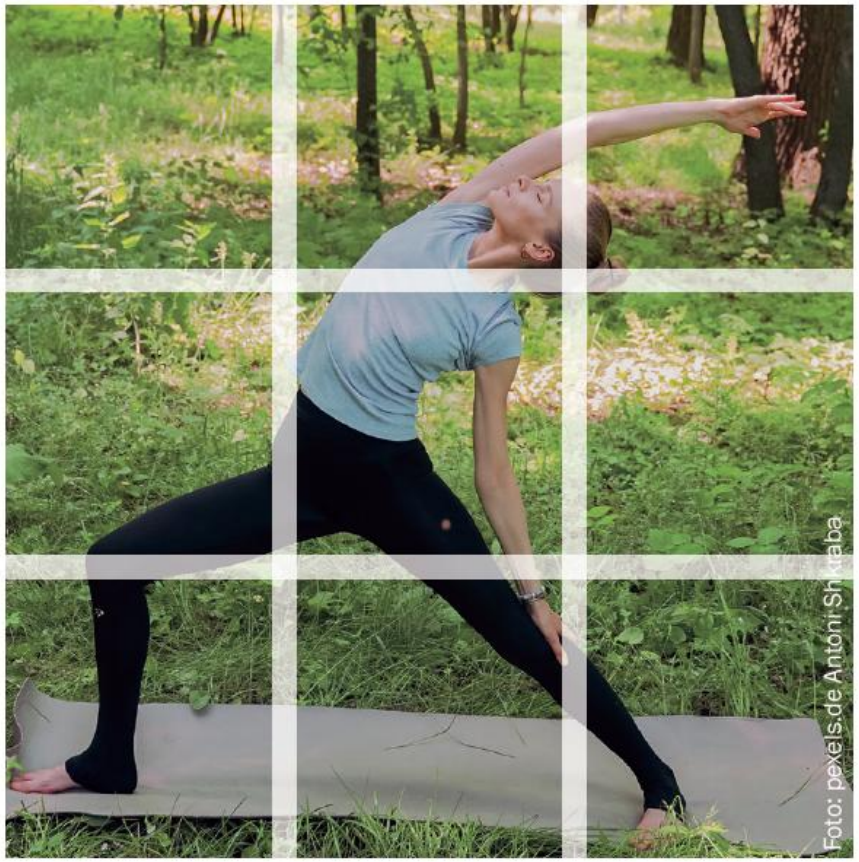
Laubach lädt ein:

Meditationspfad Laubach



entschleunigen, entspannen und meditieren

Faktencheck

- **Bestand**: seit 2022
- **Ort**: Laubach – Kernstadt, Bereich Schlosspark/Ramsberg
- **Weglänge**: 2,77 km mit insgesamt acht Stationen, die sich an den Chakren der Yoga-Lehre orientieren
- **Grundidee**: frei zugängliches, wohnortnahes Angebot, das Bewegung ohne zusätzliche Infrastruktur ermöglicht.
- **Ziel**: Verbindung von Bewegung, Achtsamkeit und Naturerleben - Entspannung, Entschleunigung sowie Förderung von Konzentration und Selbstwahrnehmung
- **Orientierung**: digitale Wegführung über komoot; der Einstieg ist per QR-Code direkt vor Ort möglich: [Meditationspfad Laubach]

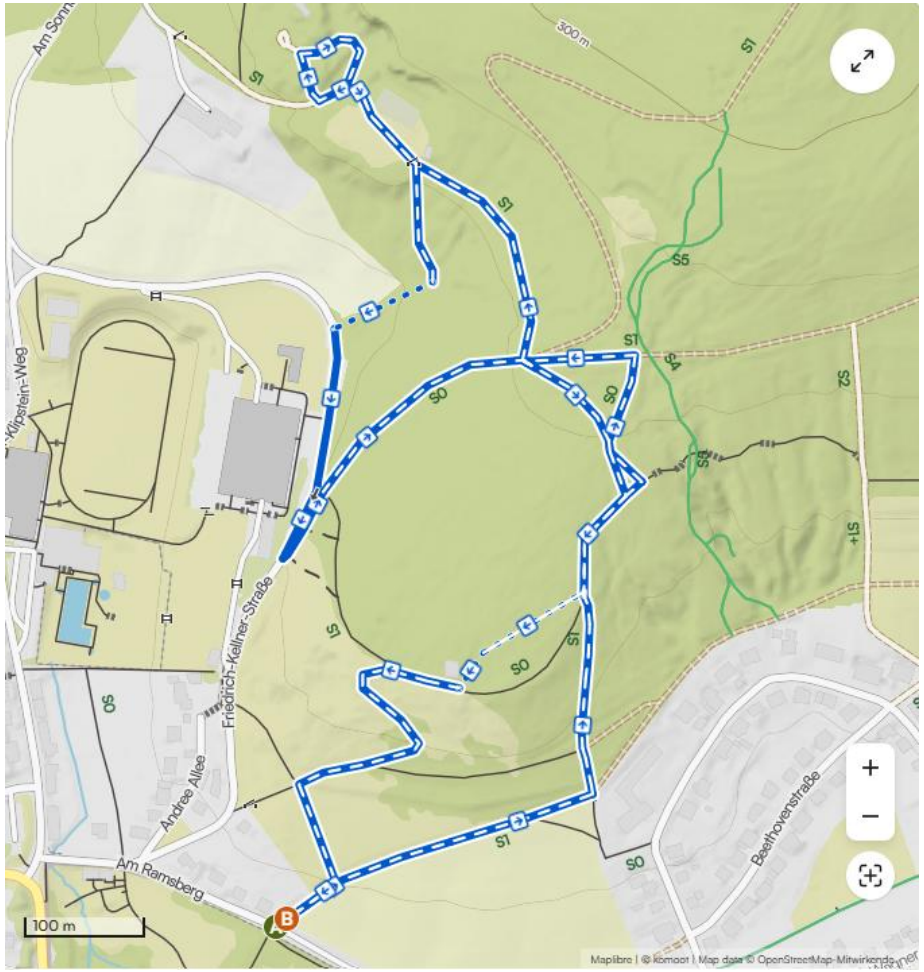


Bild: MapLibre | © komoot | Map data © OpenStreetMap-Mitwirkende

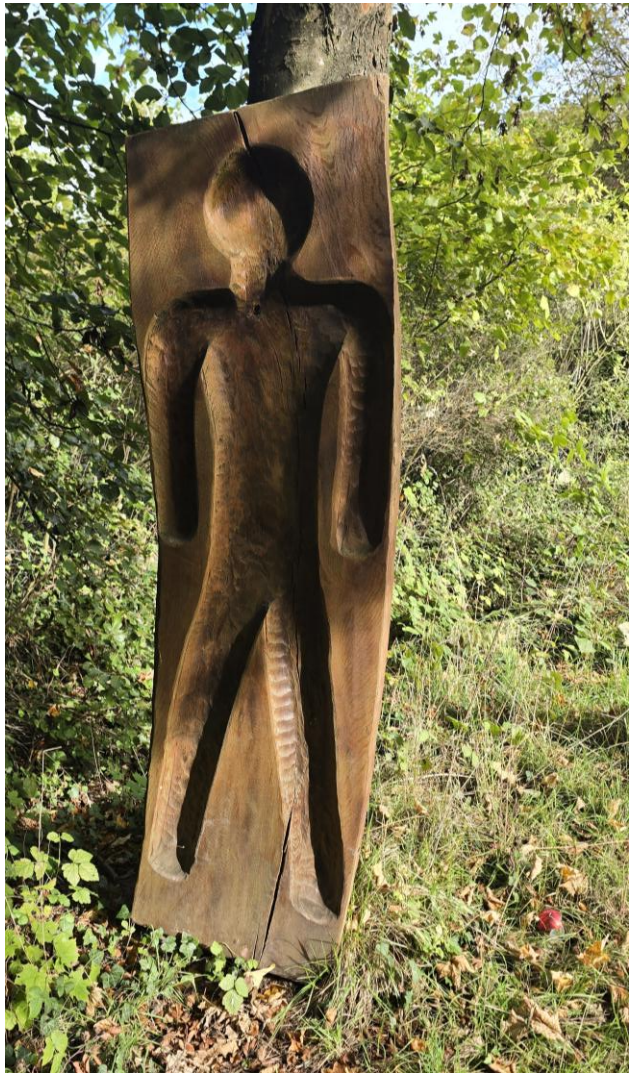
Stationen auf dem Yogapfad





Bilder: © Markus Stiehl

Stationen auf dem Yogapfad



Bilder: © Markus Stiehl

Erläuterungsschilder

Die Schilder folgen einem dreiteiligen Aufbau:

1. **Wissen & Hintergrund:** Benennung der jeweiligen Yoga-Übung sowie kurze Erläuterung zu Ziel, Bedeutung und Hintergrund.
2. **Übung & energetischer Fokus:** Bildliche Darstellung der Übung und Kennzeichnung des jeweils angesprochenen bzw. zugeordneten Chakras.
3. **Achtsamkeitsimpuls:** Kurzer Hinweis bzw. Impuls, der die Übung um eine achtsame Wahrnehmung ergänzt.



Bilder: © Markus Stiehl

Kontaktinformationen

Markus Stiehl

Geschäftsführer LKB gGmbH (Friedrichstraße 11, 35321 Laubach)

- **Telefon**: 06405-921-325
- **Mobil**: 01522-1633007
- **Mail**: m.stiehl@laubach-online.de
- **Website:** www.**laubach-online**.de