

Orbaden Konferens & Spa

I HÄLSINGLAND

Movement Camp med Donovan Hicks på Orbaden Konferens & Spa i Hälsingland

Donovan Hicks är en världskänd yogautövare som har utövat yoga sedan 2005. Hicks har utövat sin yoga över hela världen, den 2 -3 maj kan man ta del av hans nyskapande Rocket yoga på Orbaden Konferens & Spa.

Yogautövare i både Amerika, Kambodja, Thailand, Bali och Italien har tagit del av Donovan Hicks kunskaper och nu har denna möjlighet kommit till Sverige och Hälsingland.

– Jag älskar Sverige och ser fram emot att komma dit, säger Donovan.

Hicks filosofi innebär att föra in mer glädje i klasserna och ta bort en del av den förväntade jargongen. Han har även valt att föra in delar från Kung Fu och massage i passen.

– I grunden ska både snabba, långsamma och stilla rörelser vara med – men i modern yoga glöms ofta de snabba rörelserna bort, vilket gör yogan ofullständig. Kung fu och yoga fungerar bra ihop. Yoga är fokuserat på det inre, Kung fu är utåtriktat – de kompletterar varandra, ni ska få se, säger Hicks.

Movement Camp på Orbaden vänder sig till samtliga utövare av yoga såväl nybörjaren som den erfarna utövaren.

– Miljön i Orbaden med det fantastiska läget och det vackra yogarummet med utsikt över älven och de blånande bergen förstärker verkligen totalupplevelsen, säger Annika Sköld Bohjort som är initiativtagare bakom Movement Camp med Donovan Hicks.



För ytterligare information gällande Movement Camp vänligen kontakta:

Helene Åkerström Hartman, VD Orbaden Konferens & Spa

Telefon: 0278-62 15 00 Mobil: 070-672 67 00 Mail: helene.akerstrom@orbaden.se