

42. MoselBalance – SUP & Yoga für Erholung, Stressresilienz und Lebensfreude am Triolago Bewerber: Purnima Yoga & Ayurveda

"MoselBalance" verbindet die einzigartige Naturkulisse des Triolago in Riol mit modernen Erkenntnissen der Stressprävention sowie den jahrtausendealten Methoden des Yoga und Ayurveda.



Was ist Ihre Idee bzw. Ihr Projekt - und was macht es besonders?

MoselBalance verbindet die Naturkulisse des Triolago mit Stressprävention, Yoga und Ayurveda. Menschen aus der Moselregion erhalten einen niedrighschwelligen Zugang zu aktiver Erholung auf dem Wasser. Durch SUP-Yoga, Atemtechniken, Achtsamkeit und Naturerleben entsteht ein Gesundheitsangebot, das Bewegung, mentale Stärke und regionale Identität verbindet.

Welchen Mehrwert schafft Ihr Projekt für die Moselregion?

Das Projekt macht den Triolago als Gesundheitsstandort sichtbar und stärkt sanften Tourismus, regionale Freizeitangebote und Naturverbundenheit. Im Mittelpunkt stehen Erholung, Stressresilienz, Gemeinschaft und bewusste Bewegung — auch für Menschen ohne Yoga- oder SUP-Erfahrung.

Wie weit ist Ihr Projekt bereits umgesetzt?

Bereits umgesetzt sind SUP-Yoga, Vollmond-Yoga, Yoga auf der Wiese, SUP-Einsteigerkurse und Teamevents.

Warum passt Ihr Projekt zu #moselhelden 2026? Warum sollten Jury und Publikum gerade Ihr Projekt auswählen?

MoselBalance verbindet Natur, Bewegung, Gesundheit und Tourismus. Das Projekt schafft zusätzliche Besucher, unterstützt regionale Kooperationen und stärkt die Marke Mosel als Lebensraum.