

SHOWROOMPRIVE SVELA LE DESTINAZIONI IDEALI PER GLI AMANTI DELLO YOGA

In occasione della giornata mondiale dello yoga, che si tiene il 21 giugno, Showroomprive svela alcune curiosità e le destinazioni ideali per chi ama praticare questa disciplina

Milano, 20 giugno 2016 – Corpo, mente e spirito. Viaggi e relax. Il 21 giugno 2016 si celebra la Giornata Internazionale dello Yoga, una pratica antica che attira sempre più persone le quali si avvicinano ad essa per combattere lo stress della quotidianità e ritrovare se stessi. In omaggio a questo giorno, Showroomprive.com, specializzata nel settore delle vendite private online di moda con più di 25 milioni di iscritti al proprio sito, svela quali sono le destinazioni ideali dove praticare lo yoga durante le vacanze estive. Rivela inoltre tre curiosità rispetto a questa disciplina.

Le cinque destinazioni estive da non perdere per gli amanti dello yoga

- **India.** La pratica e la filosofia dello yoga pervade l'India, paese in cui è nata questa disciplina e la pratica della meditazione. Ci sono migliaia di *ashram*, ovvero centri spirituali in cui è possibile immergersi completamente e vivere per alcuni giorni secondo la filosofia dello yoga. Questi luoghi di ritiro sono di grande bellezza mistica ed è possibile apprendere le tecniche e le conoscenze dai maestri spirituali che vi faranno da guida. Kerala, Bihar e la città di Varanasi sono alcuni dei luoghi dell'India in cui lo yoga si pratica di più. Per vivere al meglio le giornate in queste città e visitarne i luoghi mistici in valigia non scordate abiti comodi e leggeri, come pantaloni di lino e gonne lunghe dai toni etnici.
- **Tibet.** In questa regione situata a nord ovest di dell'Himalaya, dove il buddismo tibetano prevale, la spiritualità si respira in ogni angolo. Fare yoga contemplando l'Everest è un'esperienza spettacolare, non credete? Qui si può ammirare il grande scenario himalayano e vivere la magia della cultura tibetana, un'atmosfera zen e armoniosa che può favorire il raggiungimento di quello che viene chiamato lo stato di illuminazione. Showroomprive ha identificato quali sono tre dei più importanti monasteri tibetani abitati da monaci: Ganden, Drepung e Sera. Per i più temerari che si apprestano a praticare le proprie sessioni di yoga tra le montagne un paio di scarponcini da trekking possono essere utili per raggiungere luoghi inediti in cui meditare immersi nella natura. Consigliabile inoltre partire con zaini e borse morbide dove mettere sempre una scorta d'acqua.
- **Thailandia.** Fare yoga su spiagge incontaminate con il suono delle onde in sottofondo e davanti agli occhi un mare turchese è un'esperienza meravigliosa. Se si è appassionati di meditazione profonda in Thailandia c'è uno dei dieci migliori centri di ritiro famoso in tutto il mondo: Mokkh Wat Suan, Chaiya. Questo rifugio nella foresta offre ritiri molto intensi in cui non è consentito utilizzare neppure lo smartphone. Per una vacanza in questi luoghi alternando le pratiche meditative al



turismo sono consigliabili indumenti comodi e vaporosi, come pantaloni larghi ma anche abiti lunghi a cui alternare vestitini corti se si prospetta di andare in spiaggia.



- **Spagna.** Se si vuole restare in Europa invece la Spagna può essere un'ottima soluzione per un viaggio da sogno all'insegna dello yoga. A Madrid infatti si tengono tantissimi incontri di yoga, non è difficile trovare laboratori o raduni all'aperto in vari luoghi della città come ad esempio quelli organizzati al famoso Tempio di Debod. Un altro esempio di questo è Kaliyoga, che si trova in Andalusia, un luogo considerato uno dei primi dieci ritiri di yoga secondo The Guardian. Quello che non si deve mai scordare per le vostre sessioni di yoga, soprattutto in città è però un tappeto, come questo di iGym & Fitter disponibile su Showroomprive.



3 curiosità sullo Yoga:

- Yoga con i cani? Esiste! Questa modalità si chiama Doga e mira a rafforzare il legame con l'animale, aumentare la connessione con lui e, naturalmente, ottenere un grande rilassamento sia tuo che del tuo animale domestico.
- Si può fare yoga in aria? Sì! È noto come Aeroyoga, ed è una recente forma di yoga che viene fatto in sospensione o su un'amaca con la quale si ottiene una sensazione di incredibile libertà e di leggerezza.
- Lo yoga può migliorare la vita sessuale? Sì. Le diverse posizioni di questa pratica aumentano la flessibilità e alcuni esercizi possono aiutare a tonificare il pavimento pelvico portando benefici anche nella relazione intima.

A PROPOSITO DI SHOWROOMPRIVE

Showroomprive è tra i principali player del commercio elettronico in Europa, specializzato nelle vendite private online di moda. Presenti in Italia da 2011 Showroomprive offre ogni giorno agli iscritti al suo club online, vendite esclusive di prodotti di oltre 1500 grandi marche, disponibili per un periodo di tempo limitato. Showroomprive è accessibile attraverso il sito web oppure la sua app per smartphone e tablet. Dal lancio del 2006 la società ha registrato una crescita rapida e redditizia. Showroomprive è quotata all'Euronext di Parigi da ottobre 2015 (codice: SRP), Showroomprive ha registrato un fatturato lordo di oltre 600 milioni di euro nel 2015, 443 milioni di euro netti con un incremento del 27% rispetto all'anno precedente. La società conta oltre 800 dipendenti. La società conta oltre 800 dipendenti, con uffici a Barcellona, Madrid e Parigi e Milano. Showroomprive ha ricevuto Le Grand Prix des Entreprises de Croissance 2014 Leader League, il Primo Premio, categoria assoluta, al Netcomm eCommerce Award 2013, come miglior sito di e-commerce italiano e nella stessa edizione si aggiudica anche il premio come miglior sito della categoria Abbigliamento e Accessori. Ha inoltre conseguito il Red Herring Europe Top 100 Winners 2013, il premio "Best International Growth" ricevuto dall'organismo europeo EMOTA il Premio Nazionale all'impresa del Futuro 2014 assegnato da Ernst & Young e L'Express in Francia e il premio LSA all'Innovazione.

CONTATTI STAMPA

Mirandola Comunicazione
Simona Miele - Sara Antonelli
Simona.miele@mirandola.net - sara@mirandola.net
348 2509895 - 329 4858838
0524 574708

Showroomprive
Virginia Hernández
virginia.hernandez@showroomprive.com
Marta Panera
marta.panera@showroomprive.com



