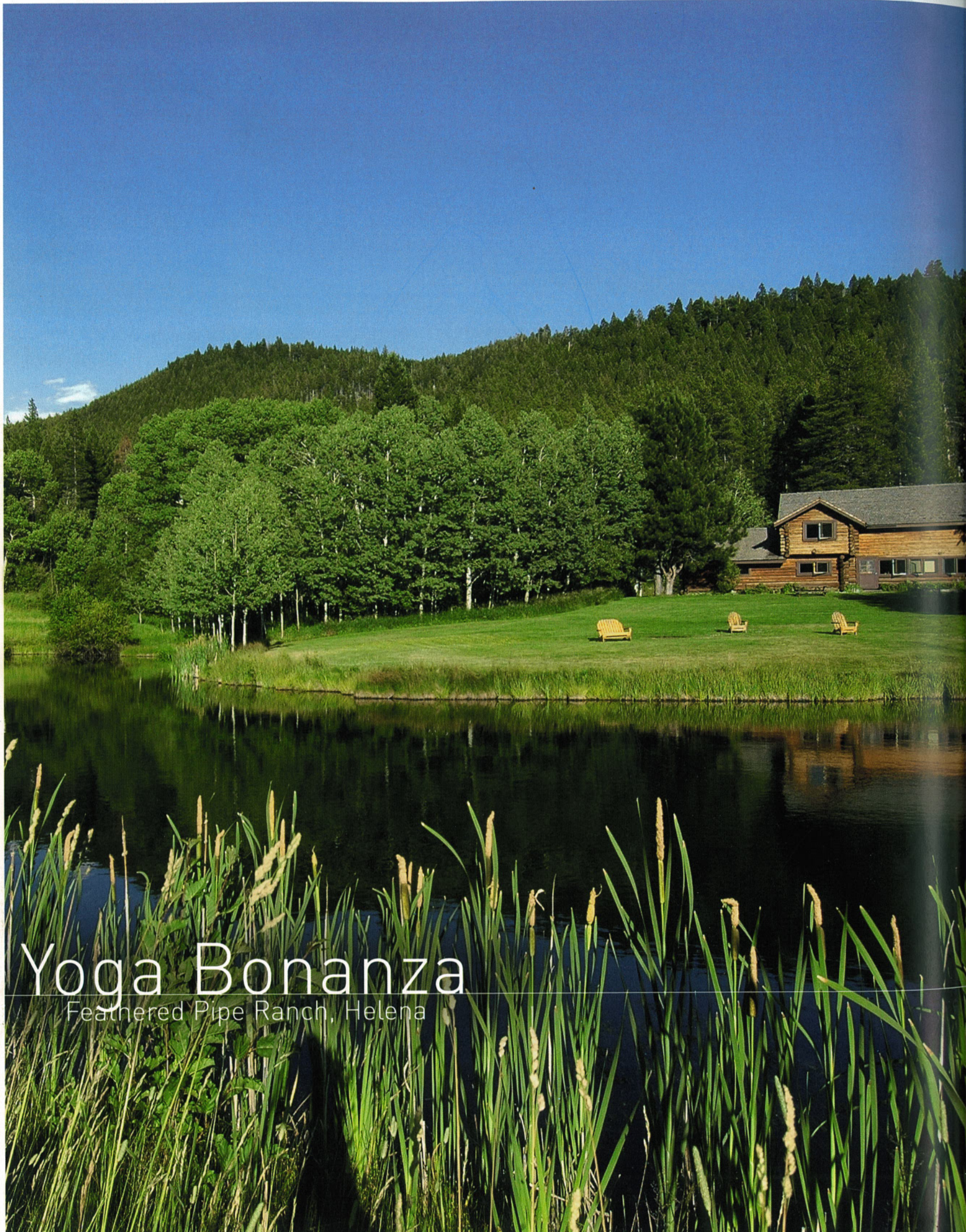


Great Yoga Retreats

Edited & compiled by Angelika Taschen Texts by Kristin Rübesamen





Yoga Bonanza

Feathered Pipe Ranch, Helena

Feathered Pipe Ranch, Helena

Yoga Bonanza

Yoga studios seem to be as ubiquitous and just about as exotic as Starbucks. But establishments like the Feathered Pipe Ranch, where Yoga was already being taught before it came into fashion, remind us of what actually matters. You sleep in simple log cabins, comfortably furnished tepees, tents or yurts; as a reward there may be a good, solid massage or a bath in the hot tub. But the main attraction is the intensive Yoga classes, taught by the best in the land, for beginners as well as for the more advanced. When after an hour of sweating in the Chippewa Cree wigwam silence falls on the wild prairies between the Montana Rockies, the sky becomes cloudy and a cool wind blows up, you understand what India Supera saw before her when in 1975 she inherited the old house in the Adirondack style, from which the prairies fall away gently to the lake: a place from which you leave strengthened, peaceful and clear. Added to that, this is probably the world's only Yoga studio, with its high walls and chimney, that is decorated by a moose head.

Books to pack: "Touching Peace" by Thich Nhat Hanh and "Fresh Air Fiend" by Paul Theroux.

Feathered Pipe Foundation

P.O. Box 1682

Helena, MT 59624

USA

Tel. +1 406 442 8196

Fax +1 406 442 8110

fpranch@mt.net

www.featheredpipe.com

DIRECTIONS Located in the heart of the Montana Rockies, 15 1/2 miles west of the airport in Helena.

YOGA Vinyasa, Iyengar, Anusara, Power Yoga, Restorative.

TEACHERS Cora Wen, Cyndi Lee, David Nichtern, Marla Apt, Erich Schiffmann, Lilius Folan.

ROOMS 4 4-bed rooms, 9 double rooms, 5 yurts, 5 tepees, 10 tents for max. 60 guests.

FOOD Predominantly organic vegetarian, occasionally chicken and fish.

TREATMENTS Massage.

RECREATION Swimming, hiking, canoeing and rowing.

Yoga Bonanza

Yogastudios mögen mittlerweile so allgegenwärtig und etwa so exotisch sein wie Starbucks. Aber Adressen wie die Feathered Pipe Ranch, wo Yoga schon unterrichtet wurde, bevor es in Mode kam, erinnern daran, worauf es eigentlich ankommt. Man schläft in einfachen Blockhäusern, in gemütlich eingerichteten Tipis, Zelten oder Jurten, als Belohnung mag es eine tüchtige Massage geben oder ein Bad im Hot Tub. Aber die Hauptattraktion liegt in den intensiven Yoga-klassen, die von den Besten des Landes unterrichtet werden, für Anfänger ebenso wie für Fortgeschrittene. Wenn sich nach einer Stunde Schwitzen im Chippewa-Cree-Wigwam gegen Abend Stille senkt auf die Wildwiesen zwischen den Montana Rockies, der Himmel sich bewölkt und ein kühler Wind aufweht, versteht man, was India Súpera vor sich sah, als sie das alte Haus im Adirondack-Stil, von dem die Wiesen sanft zum See abfallen, 1975 von einem Hippiefreund erbt: einen Platz, der einen gestärkt, ruhig und klar wieder entlässt. Außerdem ist das Yogastudio mit seinen hohen Wänden und dem Kamin vermutlich das einzige in der Welt, das ein Elchkopf ziert.

Buchtipps: »Das Glück, einen Baum zu umarmen« von Thich Nhat Hanh und »Fresh Air Fiend« von Paul Theroux.

Yoga Bonanza

Même si les instituts de yoga sont maintenant aussi omniprésents et à peu près aussi exotiques que les cafés Starbucks, des adresses telles que le Feathered Pipe Ranch, où l'on enseignait le yoga bien avant qu'il devienne une mode, rappellent ce qui compte vraiment. On dort dans de simples fustes, dans des tipis, tentes ou yourtes agréablement aménagés et, comme récompense, il peut y avoir un bon massage ou un bain tourbillon. Mais l'attraction majeure, ce sont les cours intensifs de yoga, donnés par les meilleurs professeurs du pays, pour les débutants comme pour les yogis chevronnés. Lorsque, vers le soir, après avoir transpiré une heure durant dans un wigwam Chippewa-Cri, on voit la paix descendre sur les plaines sauvages qui se déploient entre les Rocheuses, le ciel se couvrir de nuages et une brise fraîche se lever, on comprend ce qu'India Supera découvrit quand, en 1975, elle hérita de la vieille maison de style Adirondack, d'où les prairies descendent en pente douce vers le lac : un endroit qui vous rend fort, calme et serein. De plus, l'institut de yoga, avec ses hauts murs et sa cheminée, est sans doute le seul au monde à être décoré d'une tête d'élan.

Livres à emporter : « La plénitude de l'instant » de Thich Nhat Hanh et « Fresh Air Fiend » de Paul Theroux.

ANREISE	Im Herzen der Montana Rockies, 25 km westlich vom Flughafen in Helena gelegen.
YOGA	Vinyasa, Iyengar, Anusara, Power Yoga, Restorative.
GASTLEHRER	Cora Wen, Cyndi Lee, David Nichtern, Marla Apt, Erich Schiffmann, Liliás Folan.
ZIMMER	4 Vierbettzimmer, 9 Doppelzimmer, 5 Jurten, 5 Tipis, 10 Zelte für max. 60 Gäste.
KÜCHE	Überwiegend biologisch-vegetarisch, gelegentlich Huhn und Fisch.
ANWENDUNGEN	Massage.
FREIZEIT	Schwimmen, Wandern, Kanu und Rudern.

ACCÈS	Situé au cœur des Rocheuses, à 25 km à l'ouest de l'aéroport de Helena.
YOGA	Vinyasa, Iyengar, Anusara, Power Yoga, yoga restauratif.
PROFESSEURS	Cora Wen, Cyndi Lee, David Nichtern, Marla Apt, Erich Schiffmann, Liliás Folan.
CHAMBRES	4 chambres à 4 lits, 9 chambres doubles, 5 yourtes, 5 tipis, 10 tentes pour 60 personnes max.
RESTAURATION	Essentiellement bio et végétarienne, occasionnellement poulet et poisson.
TRAITEMENTS	Massages.
ACTIVITÉS	Natation, randonnées, canoë et aviron.









