



## Schweben, atmen, loslassen

Ein neuer Yogalehrer auf Kuda Villingili bringt traditionelle Yogaweisheiten aus Kerala und erstmals Aerial Yoga sowie Sound Healing ins Malediven-Resort

*München / Malediven, 31. März 2026* – Aus dem Süden Indiens ins Nord-Malé-Atoll: Syamjith Sasi Kumar bringt tiefe Entspannung auf die Insel Kuda Villingili. Mit über zehn Jahren Erfahrung in Yoga, Fitness und ganzheitlicher Gesundheit ist er ein Lehrer, der Bewegung und Klang als Schlüssel zur Stärkung von Körper und Geist versteht. Mit ihm halten Aerial Yoga und Sound Healing Einzug in das junge Inselresort und ergänzen das umfangreiche Yogaprogramm. Weitere Informationen unter [www.kudavillingili.com](http://www.kudavillingili.com).

### **Syamjith Sasi Kumar – Ein Yogameister aus Kerala**

Syamjiths Unterricht ist strukturiert und zugleich intuitiv: Sein Fokus liegt auf Atemübungen, achtsamen Bewegungen sowie der Stärkung von Tiefenmuskulatur, Flexibilität und Balance. Für Syamjith ist Yoga nicht nur die Asana-Praxis, sondern eine Lebensreise – eine Einladung, sich selbst mit Offenheit, Geduld und Freude zu begegnen. Ihn zeichnet besonders seine Fähigkeit aus, eine persönliche Verbindung zu schaffen. Ob bei einem Sonnenaufgangs-Flow am Strand, einer privaten Session oder einer regenerativen Praxis, seine Einheiten sind warmherzig, authentisch und sogar spielerisch. Hier geht es nicht um Perfektion, sondern um individuellen Fortschritt, Achtsamkeit und das bewusste Erleben des eigenen Körpers.

### **Aerial Yoga – Leichtigkeit und Kraft in der Luft**

Mit Syamjiths Ankunft eröffnet Kuda Villingili die Welt des Aerial Yoga – eine Praxis, die spielerische Leichtigkeit und tiefgehende Körperarbeit vereint. Im geschützten Rahmen des Yoga-Pavillons arbeiten Teilnehmer mit trapezförmigen Tüchern, die den Körper vollständig tragen. So werden Kopfüber-Haltungen wie der Kopfstand ohne Druck auf Nacken und Wirbelsäule möglich, Dehnungen intensiviert, die Tiefenmuskulatur gestärkt. Aerial Yoga schult dabei nicht nur Balance und Kraft, sondern auch mentales Vertrauen und Loslassen. Syamjith führt durch jede Pose mit Sorgfalt, sorgt für Sicherheit und vermittelt ein Gefühl von Freiheit und Leichtigkeit – eine Yoga-Erfahrung, die Körper und Geist gleichermaßen und beinahe wortwörtlich beflügelt.

### **Sound Healing – Klang als Tor zur inneren Ruhe**

Zum Abschluss in tiefer Entspannung lädt Syamjith zu Sound Healing Sessions ein, die Körper und Geist in Balance bringen. Traditionell asiatische Techniken verbinden sich mit der harmonischen Resonanz von Klangschalen, deren Schwingungen tief ins Nervensystem eindringen und echte Heilung ermöglichen. Frequenzen und Rhythmen versetzen die Gäste in einen meditativen Zustand, lösen körperliche, geistige und emotionale Spannungen und schaffen einen ganzheitlichen Heilungsraum.

So schließt sich der Kreis: Vom achtsamen Unterricht über die spielerische Freiheit des Aerial Yoga bis hin zur sanften Resonanz des Sound Healing – Syamjith schafft auf Kuda Villingili ein Erlebnis, das Körper, Seele und Geist gleichermaßen nährt.





## Über Kuda Villingili

Das Kuda Villingili Resort Maldives liegt im Nord-Malé-Atoll, nur 30 Minuten mit dem Schnellboot von Malé entfernt. Dort befinden sich 75 Villen, darunter 39 Strandvillen und Residenzen mit privatem Pool und 36 Wasservillen hier auf einer kristallklaren Lagune. Die geräumigen Villen und Suiten mit offenem Grundriss bieten nicht nur 180-Grad-Blick auf den Indischen Ozean, sondern auch – je nach Inselseite – Sonnenaufgangs- als auch Sonnenuntergangspanorama. Das absolute Highlight ist der tempelartig angelegte Swimmingpool in der Inselmitte – in seinen Gesamtausmaßen der größte Pool der Malediven. Mit exklusivem Zugang zu einem der besten Surfspots der Malediven, dem Chickens Break, wo ein Riffabschnitt über zehn Sekunden lange Barrels hervorbringt, ist Kuda Villingili der perfekte Ort für Surf Enthusiasten. Durch das breite (Wasser)-Sport-Angebot eignet sich der Aufenthalt für Urlauber, die neben totaler Entschleunigung die sportliche Aktivität nicht missen wollen. Nur wenige Schritte vom Meer entfernt auf einer Insel, erwartet das Spa die Gäste, um dort bei wohltuenden Treatments zur Ruhe zu kommen und neue Kraft zu tanken. Im gastronomischen Angebot von Kuda Villingili wird die Vielfalt kultureller Ausdrucksformen zelebriert. So vereint das Resort mit sieben kulinarischen Erlebnissen eine Vielfalt an globalen Aromen. Seit der Eröffnung 2021 legt das Resort zudem großen Wert auf Nachhaltigkeit und entwickelt sich in diesem Sinne stetig weiter. Weitere Informationen unter [www.kudavillingili.com](http://www.kudavillingili.com).

**Bitte beachten Sie:** Die Bildrechte liegen bei Kuda Villingili Resort Maldives. Der Urheber ist bei Bedarf in den Bildeigenschaften hinterlegt. Alle Fotos dürfen nur in Verbindung mit einer redaktionellen Berichterstattung unter Nennung von Kuda Villingili Resort Maldives verwendet werden. Eine kommerzielle Nutzung ist ausdrücklich untersagt.

**Buchungskontakt:**

Kuda Villingili Resort Maldives  
Kudavillingili, Kaafu Atoll  
Republic of Maldives  
Tel.: +960 400 1700  
[reservations@kudavillingili.com](mailto:reservations@kudavillingili.com)  
[www.kudavillingili.com](http://www.kudavillingili.com)

**Presse- und Fotoanfragen:**

segara Kommunikation® GmbH  
Verena Mühlegger  
Harmatinger Straße 2  
D-81377 München  
Tel.: +49 (0) 89 552 797 60  
[verena@segara.de](mailto:verena@segara.de)  
[www.segara.de](http://www.segara.de)