



Gute Stimmung auf der Zielgeraden: Am Montag verabschiedeten sich Yoga-Lehrerin Claudia Grünert und ihre Yogis vom Park Schönfeld.

FOTO: PIA MALMUS

YOGASOMMER Fünfte Auflage endet am Sonntag Abschied auf großer Bühne



Der HNA-Yogasommer hat sich auch in diesem Sommer nicht vom Coronavirus ausbremsen lassen. Die fünfte Auflage endet am Sonntag auf dem Kasseler Friedrichsplatz. Wir ziehen Bilanz.

VON MARTIN SCHOLZ

Viele Dinge waren vor zwei Monaten unsicher, als der HNA-Yogasommer kurz vor seinem Start stand. Wieviele Menschen dürfen kommen, welche Art der Kontaktdatenerfassung ist gestattet, und welche Hygieneregeln müs-

sen eingehalten werden? Viel Fragen waren zu klären, denn der Yogasommer sollte auch im zweiten Pandemiejahr stattfinden und ohne Coronafälle für Entspannung sorgen. Am Ende startete der Yogasommer an sieben Standorten in der Region. Tausende von Menschen waren in den

vergangenen Wochen wieder dabei. Kleinere gesundheitliche Beschwerden wurden geheilt, innere Ruhe wurde gesucht und gefunden, und auch Freundschaften wurden aufgefrischt oder neu geknüpft. Zumeist bestimmten weibliche Teilnehmerinnen das Bild in den Parks und auf

den Sportplätzen, aber ganz allmählich sind auch Männer auf dem Vormarsch in Zeiten, in denen sogar Fußball-Bundesligisten auf die Jahrtausende alte indische Lehre setzen. Wir verabschieden uns nun am Sonntag auf großer Bühne in Kassel und freuen uns schon mal auf 2022.

Am Sonntag Abschluss am Friedrichsplatz

Kassel – Der Stadtsommer-Sonntag beginnt an diesem Wochenende früh. Bereits morgens ab 9.30 Uhr sind sportliche Frühaufsteher eingeladen, an der Abschlussveranstaltung des HNA-Yogasommers auf der Wiese des Kasseler Friedrichsplatzes teilzunehmen. Auf Einladung von Kassel Marketing erobern die Yoga-Lehrer Lars Tabert und Claudia Grünert die dortige Bühne. Wie in der Vergangenheit ist die Teilnahme kostenlos, um Spenden wird allerdings gebeten. „Wir waren mit fünf Yogalehrern und -lehrerinnen dabei und hoffen jetzt darauf, dass einige Teilnehmer auch den Weg in unsere Kurse finden und nicht bis zum nächsten Yogasommer abwarten“, sagt Lars Tabert vom Kasseler Barfußtempel.

Die fünfte Veranstaltung des Yogasommers in Zusammenarbeit mit der Kasseler Krankenkasse Barmer hatte in Kassel fast ausschließlich im Park Schönfeld stattgefunden. Zum Finale gibt es jetzt noch einen Umzug. „Wir freuen uns auf die Veranstaltung, denn wir wollen mit allen unseren Angeboten das Beste für die Kasseler. Yoga passt da ins Programm. Jeder kann dabei entspannen und den Sommer noch einmal Revue passieren lassen“, sagt Birgit Kuchenreiter von Kassel Marketing.

„In diesen Zeiten ist Entspannung wichtig. Ich bin froh, dass wir durch Yoga an der frischen Luft trotz der Pandemie wieder etwas für die Gesundheit der Menschen tun konnten. Erlebnisse in der Gruppe sind wichtig“, sagt Thorsten Bauer von der mitveranstaltenden Barmer Krankenkasse in Kassel. sol

Bitte beachten Sie die Wetterlage. Wir informieren über eine eventuelle Absage heute nach 20 Uhr auf hna.de, bei Facebook und Instagram auf den Yogasommerseiten. FOTO: GREGORY DAUBER



Thorsten Bauer
Barmer
Krankenkasse

„Das schreit nach Wiederholung“

Bilanz aus Standorten in der Region – Vielfach weit über 100 Teilnehmer dabei

Der HNA-Yogasommer fand in diesem Jahr an sieben Standorten in der Region statt. Wir blicken noch einmal auf einige der Veranstaltungspunkte.

■ Kassel

Wegen des Kulturzelts auf der Kasseler Hessenkampfbahn musste die Veranstaltung in diesem Jahr ausweichen in den Park Schönfeld. „Der Park ist einfach magisch. Wir hatten bis zu 200 Teilnehmer und haben es sehr genossen“, sagt die Kasseler Yogalehrerin Claudia Grünert (Kassel.Yoga). Grünert ist seit dem Start des Yogasommers dabei und hat sich auch in diesem Jahr wieder über den respektvollen Umgang der Menschen miteinander gefreut. Während Grünert immer montags für die Yogastunde im Park verantwortlich war, wurde der Freitag von Lars Tabert und seinem Team vom Kasseler Barfußtempel übernommen.

■ Baunatal

133 Teilnehmer waren es in der Spitze beim Yoga am Baunatal. „Auch bei schlechtem Wetter sind um die 90 dabei gewesen“, sagt Karin Eschstruth vom KSV Baunatal. Wieder gut angenommen wurden die Veranstaltungen zum Mondschein-Yoga: „Es waren laue Nächte, und man kann es einfach genießen, in den dunklen Wald zu schauen“, sagt Eschstruth. Geleitet wurden die Veranstaltungen von den vier Yoga-Lehrerinnen Konstantinia Koumantsioti, Marion Meilinger-Frisch, Anna Chroboczek und Elena Pavlenko. „Mehr zufriedene Gesichter konnte ich nicht erwarten. Das schreit nach Wiederholung“, zieht Koumantsioti ihre persönliche Bilanz.



Yoga macht Spaß: Lehrerin Konstantinia Koumantsioti im Baunataler Baunataler Stadion. FOTO: DIETER SCHACHTSCHNEIDER



Strecken für die Gesundheit: Der Yogasommer in Wolfhagen. FOTO: SASCHA HOFFMANN



Standfest: Lehrerin Manuela Fritsch (vorn) und die Yogis auf dem Frielendorfer Sportplatz. FOTO: KIRA MÜLLER

■ **Emstal und Wolfhagen**
In Bad Emstal war Yoga auf der Wiese am Kurpark angesagt. „Einer hat jetzt keine Rückenschmerzen mehr, eine andere keine Krämpfe, und eine Schulter haben wir auch geheilt“, sagt Yoga-Lehrer Horst Ulrich.

„Alles ist bestens gelaufen und wir wollen auch im nächsten Jahr wieder mit dabei sein“, sagt Dieter Hahn vom Wolfhager Sportstudio Lupus. Dort war neben Hahn die Niedersteiner Yoga-Lehrerin Martina Metzger für die Einheiten verantwortlich.



Fokussiert: Isabel Bechtel im Kurpark von Bad Emstal. FOTO: SASCHA HOFFMANN



In Niedersachsen: Lehrerin Anke Tannhäuser im Northeimer Gustav-Wegner-Stadion. FOTO: OLAF WEISS



Unter blauem Himmel: Kati Mund auf dem Fritzlarer Bolzplatz an der Stadtmauer. FOTO: PETER ZERHAU

■ Fritzlar

„Viele wollen Yoga weiter praktizieren, was mich sehr freut“, sagt Kati Mund, die die Stunden in Fritzlar geleitet hat und dort jetzt ein Studio betreibt. Viele seien auch bei schlechtem Wetter gekommen – das sei ein Erfolg.

■ Frielendorf

Manuela Fritsch war auf dem Sportplatz für alles vom Krieger bis zum Herabschauenden Hund verantwortlich. Sie und Anna-Katharina Nöll vom Tuspo Frielendorf würden nächstes Jahr gern zum Silbersee zurückkehren. sol