



Namasté: Wie hier bei unserer Auftaktveranstaltung zum HNA-Yogasommer 2023 könnte es auch in drei Wochen wieder aussehen, wenn die achte Auflage auf der Kasseler Hessenkampfbahn startet. Yoga-Lehrerin Claudia Grünert (rechts) von Kassel.Yoga ist dann auch dabei. ARCHIVFOTO: ANDREAS FISCHER

In drei Wochen geht's wieder los

HNA-YOGASOMMER Achte Auflage startet am 16. Juni – Fragen und Antworten

VON LEA-SOPHIE MOLLUS

Kassel – Der HNA-Yogasommer startet in die nächste Runde: Auflage Nummer acht steht bevor. In drei Wochen geht's schon los. Zeit, die wichtigsten Fragen vorab zu klären.

Wann findet der HNA-Yogasommer 2024 statt?

Wir beginnen am Sonntag, 16. Juni, um 9.30 Uhr traditionell mit einer Auftaktveranstaltung auf der Kasseler Hessenkampfbahn. Dann folgen neun Wochen, in denen es an sechs Tagen pro Woche an verschiedenen Standorten in der Region Yoga gibt. Der Abschluss am 18. August ist wieder für 9.30 Uhr auf der Hessenkampfbahn geplant.

Wo findet der HNA-Yogasommer statt?

In 19 Orten in Nordhessen

und Südniedersachsen wird es in diesem Jahr Yoga-Einheiten unter freiem Himmel geben – und damit in so vielen wie nie zuvor. Mit dabei sind Kassel, Baunatal, Bad Emstal, Immenhausen, Kaufungen, Naumburg, Sielen, Vollmarshausen, Wolfhagen, Edermünde, Frielendorf, Fritzlar, Gudensberg, Melsungen, Niederbeisheim, Wabern, Frankenberg, Northeim und Witzenhausen. In Kassel, wo wir von der Stadt, dem Sportamt und Hessen Kassel Heritage unterstützt werden, sowie in Baunatal gibt es sogar an mehreren Standorten Angebote. Infos dazu, wo genau die Yoga-Einheiten stattfinden, gibt es zu einem späteren Zeitpunkt.

Welche Standorte sind neu dabei?

In diesem Jahr findet der HNA-Yogasommer erstmals



auch in Wabern, Kaufungen, Gudensberg, Naumburg und Niederbeisheim statt.

Wer leitet die Stunden?

Erfahrene Yoga-Lehrer führen durch die Einheiten. Wer was wo anbietet, stellen wir ebenfalls in einem gesonderten Artikel vor.

Wie läuft das Ganze ab?

Die Einheiten dauern rund eine Stunde und starten unter der Woche an allen Standorten um 18.30 Uhr. Zusätzlich gibt es in Kassel, Baunatal und Immenhausen Angebote am Sonntagmorgen. Und: Wie immer sind die Stunden

kostenlos, unsere Yoga-Lehrer freuen sich aber über (freiwillige) Spenden.

Wer kann mitmachen?

Jeder, der Lust auf Yoga hat – egal, ob Anfänger, Fortgeschrittener oder Profi. Die Einheiten werden so gestaltet, dass jeder die Übungen seinem Alter oder Fitnesslevel entsprechend mitmachen kann.

Und warum sollte man mitmachen?

Beim Outdoor-Yoga lässt sich dem Alltag entfliehen, ein Ausgleich zum stressigen Job schaffen, der Kopf frei bekommen und Vitamin D tanken. „Yoga ist sinnvoll und wichtig, um gesund zu bleiben – körperlich und geistig“, sagt auch Thorsten Bauer, Kasseler Geschäftsführer der Krankenkasse Barmer, die unsere Aktion auch in die-

sem Jahr wieder unterstützt.

Was sagt Frank Ziemke, Leiter der HNA-Sportredaktion und Initiator, dazu, dass inzwischen die bereits achte Auflage des Yogasommers stattfindet?

„Wir sind nun endgültig eine Institution geworden. Mich freut, wie sich das Ganze entwickelt hat und dass auch die zwei mageren Jahre während der Corona-Pandemie, als wir zwar Yoga angeboten haben, aber in abgespeckter Form, nicht geschadet haben, sondern die Teilnehmerzahl sogar gewachsen ist. Die Anzahl an Bewerbern und dass wir in diesem Jahr die größte je da gewesene Auflage anbieten können, zeigt, dass etwaige Vorbehalte dem Yoga gegenüber längst abgebaut sind. Die Menschen verstehen, wie gut Yoga tun kann.“

Weitere Infos: hna.de/yoga

IG Metall richtet Fußballturnier für Respekt aus

Kassel – Die IG Metall Nordhessen richtet ein Fußball-Betriebsturnier für Respekt und gegen rechte Hetze aus. Dies soll am Samstag, 15. Juni, ab 10 Uhr im Nordstadstadion in Kassel steigen. Enden soll das Turnier gegen 16 Uhr.

Um teilzunehmen, können sich laut Ankündigung mehrere Mitarbeiter eines Betriebs als Mixed-Mannschaft zusammenschließen. Fünf Feldspieler plus Torwart werden mindestens benötigt, mehr als zehn Personen sollten sich nicht pro Betrieb anmelden.

„Mit diesem Freundschaftsturnier möchten wir ein Zeichen für Respekt und gegen Rassismus setzen“, sagte IG-Metall-Sekretärin Katharina Volk.

Anmeldungen sind bis zum 31. Mai per Mail an katharina.volk@igmetall.de möglich. Angegeben werden müssen die Namen der Mitspieler inklusive der Betriebszugehörigkeit, dazu die Telefonnummer und E-Mail-Adresse einer Kontaktperson.

Lollslauf in Bad Hersfeld feiert Jubiläum

Bad Hersfeld – Der Lollslauf in Bad Hersfeld feiert Jubiläum: Am Sonntag, 13. Oktober, findet das Sportereignis in der Festspielstadt zum 25. Mal statt. Einen Tag später startet in Bad Hersfeld dann das traditionelle Lullusfest.

Für Läufer jeden Alters ist eine Strecke dabei: vom 500-Meter-Bambinilauf, über den 1,3 km langen Schülerlauf bis zu den Wettkämpfen über fünf, zehn und 21,1 Kilometer.

Die erste Anmeldephase für den Lauf geht noch bis kommende Woche und endet in der Nacht von Freitag, 31. Mai, auf Samstag, 1. Juni. Die Startkosten sind von Strecke zu Strecke unterschiedlich. Ab 1. Juni läuft dann die zweite Anmeldephase, ab 1. September die dritte. Die Gebühren steigen von Zeit zu Zeit.

Anmeldungen unter lollslauf.de

AUS DEN LIGEN

Wird Ex-Husky Tramm ein Scorpion?

Eishockey – Das wäre ein starker Transfer von Eishockey-Oberligist Hannover Scorpions: Gerüchten zufolge soll Verteidiger Stephan Tramm nach Mellendorf wechseln. Der 26-jährige spielte von 2019 bis 2023 bei den Kassel Huskies, ehe er im vergangenen Jahr zu DEL2-Aufsteiger Starbulls Rosenheim wechselte. Nun folgt wohl der Schritt eine Liga tiefer.

Ex-KSV-Coach Hirsch übernimmt Duisburg

Fußball – Dietmar Hirsch wird neuer Trainer beim Drittliga-Absteiger MSV Duisburg. Der ehemalige Profi des MSV, der 2019 für 13 Spiele in der Hessenliga Trainer des KSV Hessen Kassel war und zuletzt den 1. FC Bocholt in der Regionalliga West auf den zweiten Rang geführt hat, übernimmt nun als Chefcoach für den Neuanfang in der vierten Liga.



Amateurticker am Sonntag

Endspurt auf den Fußballplätzen der Region: Auch an diesem Sonntag berichten wir wieder ausführlich von ausgewählten Partien, informieren zudem über die Zwischenstände aus den Spielen der wichtigsten Ligen. Ein besonderer Fokus liegt dabei auf dem CSC 03, der in der Verbandsliga den zweiten Platz behaupten will. Die Kasseler treffen am Sonntag auf den SC Willingen, sind punktgleich mit Bad Soden. Unser Foto zeigt CSC-Mittelfeldmann Marco Dawid (Mitte) im Heimspiel gegen Bad Soden Ende April. Der Amateurticker wird präsentiert vom Fanpoint in Kassel und dem Autohaus Klein.

Unser Angebot finden Sie im Internet unter hna.de/ticker

FOTO: DIETER SCHACHTSCHNEIDER SPI