

HNA-YOGASOMMER Montag startet die letzte Woche Endspurt zur Entspannung



Die achte Auflage des HNA-Yogasommers biegt auf die Zielgerade ein. Am Montag startet die letzte Woche. So lief unsere Aktion bisher in der Region.

VON LEA-SOPHIE MOLLUS

Acht Wochen Yoga sind fast vorbei. Acht Wochen voller Entspannung, Meditation und sportlicher Aktivität im Freien. Zwar konnten leider nicht alle Einheiten wie geplant stattfinden, trotzdem wurde sich in der gesamten Region – in 19 Orten mit 22 Standorten – regelmäßig gemeinsam auf den Matten bewegt. Bevor am Montag der Startschuss für die letzte Woche der achten Auflage fällt, blicken wir noch einmal auf die Yogastunden in Kassel, Frielendorf, Kaufungen, Melsungen, Wolfhagen, Niederbeisheim und Sielen.



Park Schönfeld Kassel Die letzte Woche unseres diesjährigen HNA-Yogasommers wird am Montag auf der Wiese mit den

Klanginstallationen eröffnet. Zuletzt war sogar ein tierischer Yogi bei den Einheiten von Claudia Grünert von Kassel.Yoga dabei.

FOTO: ANDREAS FISCHER

Hier gibt es Yoga und 06Dreissig

Endspurt beim achten HNA-Yogasommer. Auch unsere Fitnessaktion 06Dreissig ist im Gange. Hier können Sie sich an der frischen Luft bewegen:

■ Yogasommer

Kassel, heute ab 18.30 Uhr beim Rondell in der Karlsaue

■ 06Dreissig

Kassel, morgen ab 9.30 Uhr in der Goetheanlage

Alles zu unseren Sportaktionen finden Sie auch im Internet. Zum **HNA-Yogasommer** unter hna.de/yoga, facebook.com/groups/yogasommer, bei Instagram (@hnyogasommer) – und mit unserer Whatsapp-Gruppe verpassen Sie nichts mehr: zu hna.de/yogasommerwa. Zur Fitnessaktion **06Dreissig** auf sechsdreissig.de, unter facebook.com/06dreissig und bei Instagram (@06dreissig). Videos zu beiden Aktionen, darunter komplette Einheiten zum Mitmachen, gibt es bei Youtube unter youtube.com/hnaonline



Wolfhagen Donnerstags wird der Stadtpark hier zum Yogatempel. Anna Tomczak vom Lupus-Fitnesscenter (rechts) führt hier zur Abendsonne durch die Einheiten.

FOTO: ARTUR SCHÖNEBURG



Kaufungen Erstmals im Rahmen unserer Aktion kann am Lossetalstadion entspannt werden. Und wie auf unserem Foto zu sehen, waren die Stunden von Yogalehrerin Theresa Seith (vorn links) bisher immer gut besucht: Zwischen 100 und 150 Yogis fanden dienstags den Weg dorthin.

FOTO: ANDREAS FISCHER

Okuku und Gelitz für WM nominiert

Kassel – Jetzt ist es ganz offiziell: Der Deutsche Leichtathletik-Verband (DLV) hat bekannt gegeben, dass die beiden nordhessischen Top-Talente Masha-Sol Gelitz und Holly Okuku aus der Trainingsgruppe von Holger Menne neben 75 weiteren jungen Athletinnen und Athleten für die U20-Weltmeisterschaft nominiert worden sind. Sie sind die einzigen Nordhessen, die in Lima/Peru (27. bis 31. August) starten dürfen.



Masha-Sol Gelitz
Eintracht Baunatal

Bei der für die WM-Qualifikation entscheidenden U20-DM Ende Juli war die Kasselelerin Sol-Gelitz (18, Eintracht Baunatal) Zweite im Dreisprung geworden.



Holly Okuku
Sprintteam Wetzlar

Die Baunatalerin Okuku (Sprintteam Wetzlar) lief über 100 Meter auf den Bronzerang. Die 19 Jahre alte Abiturientin wurde für die WM für die 4 x 100-Meter-Staffel nominiert. Zudem ist sie Ersatz über 100 Meter.

FOTOS: LOTHAR SCHATTNER



Melsungen

Auf den Fuldawiesen wird hier entspannt. Die Einheiten teilen sich die Yogalehrerinnen Maike Sonntag (Foto) und Silke Reinicke. Das Finale findet am Donnerstag statt.

FOTO: JAN BAUER



Frielendorf

Unter anderem den Sonnengruß praktizieren dienstags und donnerstags die Yogis am Silbersee. Unser Foto zeigt (von links) Trainerin Manuela Fritsch, die jüngste Teilnehmerin Clara Schütz (10) und Serienteilnehmerin Lydia Kurz.

FOTO: PHILIPP KNOCH



Niederbeisheim In diesem Jahr neu dazugekommen ist dieser Standort im Schwalm-Eder-Kreis. Durch die Einheiten auf dem Sportplatz führt am Donnerstag zum letzten Mal bei der achten Auflage Yogalehrerin Sonja Krause.

FOTO: CHRISTINE THIERY

Sielen

Idyllisch geht es in dem Trendelburger Stadtteil zu. Auf dem Sportplatz neben der Kreisstraße in Richtung Hümmel lädt Mirlinda Mazrekaj donnerstags zur Entspannung im Grünen ein.

FOTO: DOROTHEE KÖNEMANN

