

Ab auf die Matten

HNA-YOGASOMMER Mitte Juni startet die 9. Auflage mit neuen Standorten

Kassel – Der HNA-Yogasommer steht in den Startlöchern. Ab 15. Juni bieten wir wieder neun Wochen Yoga unter freiem Himmel an. Um die Vorfreude schon jetzt etwas zu steigern: Auch in diesem Jahr sind wieder neue Standorte dabei. Was Sie wissen müssen:

■ **Die Auflage**

Kaum zu glauben, aber in diesem Jahr starten wir bereits in die neunte Auflage des HNA-Yogasommers. Dass wir einmal mit so vielen Yogis an so vielen Orten in der Region Yoga machen würden, davon hätten wir kaum zu träumen gewagt, als wir 2017 gestartet sind. Seit der Premiere, zu der in Kassel 700 Yogis kamen, sind wir immer gewachsen - und freuen uns, auch in diesem Jahr, wieder neue Standorte dabei zu haben.

■ **Der Auftakt**

Es hat schon Tradition: Los geht es mit dem Yogasommer in Kassel auf der Hessenkampfbahn - und zwar am 15. Juni. Ab 9.30 Uhr leiten unsere Yoga-Lehrerinnen Claudia Grünert und Jutta Pauksch eine Stunde durch die Einheit. Mitmachen kann wie immer jeder, egal ob Anfänger oder Profi. Die Stunde ist, wie jede Stunde beim Yogasommer, kostenlos. Unsere Yoga-Lehrer freuen sich aber über eine Spende für ihr Engagement.

Nach dem Auftakt starten wir dann an den einzelnen



Sie ist seit der ersten Yoga-Stunde dabei: Yoga-Lehrerin Claudia Grünert. Zusammen mit Jutta Pauksch wird sie auch in diesem Jahr den Yogasommer auf der Hessenkampfbahn in Kassel eröffnen. Anschließend geht's dann auch an den anderen Standorten los.

ANDREAS FISCHER

Standorten. Enden wird der diesjährigen Yogasommer am 18. August mit unseren Sonntagsstandorten.

■ **Die Standorte**

23 Standorte in 20 Orten sind es in diesem Jahr. Und das nicht nur in Nordhessen, sondern auch in Südniedersachsen. Natürlich sind wir wieder in Kassel am Start. Dort treffen wir

uns an unseren gewohnten Plätzen im Park Schönfeld, der Karlsau und auf der Grimmwelt. Außerdem gibt es Yoga-Stunden in: Bad Emstal, Baunatal, Immenhausen, Kaufungen, Sielen, Vollmarshausen, Wolfhagen, Edermünde, Frielendorf, Frittlar, Gudensberg, Melungen, Niederbeisheim, Frankenberg, Witzenhausen, Northeim, Felsberg, Guxhagen und

Bad Sooden-Allendorf sind in diesem Jahr neu dabei.

Los geht es jeweils um 18.30 Uhr, nur an Sonntagen treffen wir uns morgens. Wann wir uns wo treffen, darüber berichten wir zeitnah.

■ **Das Online-Angebot**

In den kommenden Wochen werden wir Sie hier im Sportteil und auch im Lokalteil über

den Yogasommer informieren. Viele Informationen finden Sie aber auch online. Auf hna.de/yoga gibt es beispielsweise alle Artikel zum Yogasommer gesammelt in einem Yogasommer-Themenspezial. Dort beantworten wir auch die wichtigsten Fragen und haben eine Übersicht über die Standorte.

Bei Facebook und Instagram



gibt es ebenfalls alle Infos. Und auch bei Whatsapp sind wir mittlerweile. Dort werden wir vor allem über aktuelle Änderungen berichten - etwas wenn eine Stunde wetterbedingt ausfallen muss.

■ **Die Motivation**

Zehntausende Yogis haben wir in den vergangenen Jahren bewegt und entspannt. Selbst die Corona-Pandemie konnte uns nicht aufhalten. Viele Teilnehmer der vergangenen Jahre freuen sich schon jetzt auf die neun Wochen Outdoor-Yoga. Einige sind schon seit der ersten Auflage dabei.

Wir freuen uns aber auch immer wieder über alle, die neu vorbeischauen - und vielleicht zum allerersten Mal überhaupt Yoga machen. „Das ist nämlich das besondere am Yogasommer: Er ist für alle geeignet, von jung bis alt“, sagt HNA-Sportchef Frank Ziemke, der den Yogasommer vor beinahe zehn Jahren erfunden hat. Auch, weil Yoga in jedem Alter gut tue.

In diesem Sinne: Ab auf die Wiesen und entspannen.

MARIE KLEMENT

Neue Waschstraße

Waschaktion:
Premium-Wäsche für nur 10,00 €.

Du sparst **8,00 €**

Angebot nur gültig gegen Vorlage dieses Gutscheins bis zum 31.07.2025 an deiner Aral-Tankstelle, Kohlenstraße 60, 34121 Kassel
Auch sonntags und an Feiertagen von 8-20 Uhr geöffnet

ARAL
Alles super.

Familienanzeigen

Es läuft rund: Oma Pia wird 60!

Das muss gefeiert werden!
Wir wünschen Dir alles Liebe & Gute zum Geburtstag.
Auf viele weitere und vor allem gesunde Jahre mit Dir.

Wir freuen uns auf einen unvergesslichen Tag.

dein Stefan, deine Eltern Edith & Walter
deine Tochter Christina & Tanja
deine Enkelkinder Anni, Julian, Aaron & Marie
und deine Schwiegersöhne Marwin & Basti

Finley

ALLES GUTE ZUR KONFIRMATION

Wir wünschen dir einen schönen Tag und alles Gute für die Zukunft!

Aber sei nur stille zu Gott, meine Seele; denn er ist meine Hoffnung. Er ist mein Fels, meine Hilfe und mein Schutz, dass ich nicht fallen werde. Psalm 62, 6+7

Omi Claudi mit Opa Werner
Espenau, 18. Mai 2025

Kaufe Autos von privat 0561 93009525

Eine Familienanzeige

zeigt auf nette Art an, wie sehr Sie sich über die vielen Glückwünsche zu Ihrem Festtag gefreut haben.

SO. 14.12.25 · 20⁰⁰ · KASSEL · KONGRESS PALAIS

Last Christmas Miracle
DAS MUSICAL

EINE BEWEGENDE LIEBESGESCHICHTE RUND UM DIE WELTBEKANNTEN WEIHNACHTS-HITS VON
MICHAEL BUBLÉ, MARIAH CAREY, KELLY CLARKSON, ED SHEERAN UND VIELEN ANDEREN...

HNA ABO 10% Rabatt* mit Ihrer Abo-BonusCard unter tickets.hna.de
BONUS (*max. 2 Tickets)

Veranstaltungen

Kribbeln, Brennen, taube Füße?
Beratungstag (auch telefonisch möglich) zum Thema Polyneuropathie am Mittwoch, dem 21.05.2025.
Jetzt anmelden und Testangebot sichern!
Post-Apotheke
Apotheker Stephan Parzefall
Friedrich-Ebert-Str. 27, 34117 Kassel
Telefon: 0561 - 2 88 56 50

Flohmarkt in Hann. Münden/Hemeln
Sonntag den 18.05.2025 von 11-16 Uhr am Lohberg 10-14.

Immer gute Karten ...
Konzertkarten - die Geschenkidee.
www.hna-kartenservice.de

20 Jahre Das Gartenfest KASSEL
Ein Tag wie Urlaub

Alle Infos: www.gartenfestivals.de

29. Mai - 01. Juni
SCHLOSS & PARK WILHELMSTHAL | CALDEN

Tickets im Vorverkauf und an der Tageskasse

Do. 9 - 19 Uhr | Fr. & Sa. 10 - 19 Uhr | So. 10 - 18 Uhr

FREIKARTEN zu gewinnen!
QR-Code scannen & teilnehmen

Film ab! Nur welcher?

Das aktuelle Kino-Programm finden Sie in Ihrer Tageszeitung.