

Yoga für den guten Zweck

Sport im Freien zu betreiben ist nicht neu: Jogger tun es, Fußballer tun es und Beachvolleyballer sowieso. Und Yoga? In Asien ist es fast normal, dass nicht in der Sporthalle geübt wird. Auch die Amerikaner sind schon lange auf den Trichter gekommen, dass es sich draußen besser entspannen lässt als drinnen. In Frankfurt bieten sich einige Plätze zumindest an, dort Yoga zu betreiben. So etwa das Mainufer. Zum „Charity Yoga am Main – Der Energieschub an drei Abendstunden“ lädt die Frankfurter Yoga-Lehrerin Tanja Lalic ein. Am heutigen Dienstag, 19. Juli, kommenden Dienstag, 27. Juli, und am Dienstag, 9. August, treffen sich die Teilnehmer. Jeder ist eingeladen, seine Matte mitzubringen, sich unterhalb der Allianz Versicherung am Theodor-Stern-Kai direkt am Ufer einen Energieschub zu holen – und zu helfen. Denn die Aktion dient zwar dazu, „Menschen vor Yoga die Scheu zu nehmen und deutlich zu machen, wie schnell Körper und Geist davon profitieren“, wie Tanja Lalic sagt. Doch vor allem will die Initiatorin, die ihre Stunden normalerweise in ihrem „Yogahaus“ in der Gutzkowstraße 67 in Sachsenhausen abhält, an den drei Abendstunden Geld sammeln für jene Obdachlose, die jahrelang am Main lebten. Die Open-Air-Kurse für Geist und Körper beginnen jeweils um 18.30 Uhr. Wer mitmachen will, wird um eine Mindestspende von fünf Euro gebeten: Das Geld geht direkt an den Frankfurter Verein für Soziale Heimstätten, der seine Übernachtungsstätte am Ostpark derzeit erneuert. Weitere Informationen gibt es bei Tanja Lalic unter der Rufnummer (0178) 3 2002 95 oder unter www.yoga-kurse-frankfurt.de im Internet. ges/

Foto: Veranstalter

