



Bericht der Abteilung Yoga

zur Jahreshauptversammlung am 12.9.2020

Yoga wird seit 10 Jahren im Jahnvolk angeboten und erfreut sich immer größerer Beliebtheit. Dies ist auch kein Wunder, da sich alle in dieser oft hektischen Zeit nach Ruhe sehnen. Wobei es sehr verschiedene Methoden im Yogabereich gibt, geht es immer um das gleiche Ziel, nämlich den Körper und Geist zu beruhigen und somit wieder in Einklang zu bringen.

Im Jahnvolk werden 2 Yogakurse angeboten:

montags von 15:00 bis 16:15 Uhr und

dienstags von 20:15 bis 21:45 Uhr.

In beiden Kursen gab es im Verlauf des letzten Jahres einen Trainerwechsel. Vor etwa einem Jahr hat Frank Beringer die Gruppe am Montag übernommen und nach den letzten Sommerferien auch die Gruppe am Dienstag von Maria Wismeth. Es ist Marias Wunsch, häufiger in Italien zu sein und das kollidiert mit einer kontinuierlichen Arbeit hier im Jahnvolk. Sie möchte aber gerne noch Franks Vertretung übernehmen, wenn sie in Frankfurt ist und so haben wir das Vergnügen, sie im September 3x wieder zu treffen.

Die beiden Yogagruppen unterscheiden sich deutlich: während am Montag Yoga auf der Wiese ohne Hocker stattfindet üben wir am Dienstag in der Halle mit Hockern. Keine Angst: wir desinfizieren die Hocker am Ende der Stunde und konnten bisher auch alle Fenster und Türen öffnen. Diese Möglichkeit haben wir aber nicht mehr, wenn es kälter wird. Wir hoffen auf eine Empfehlung des Vorstandes, wie wir trotz Corona im Winter weiter machen können.

Wir bedanken uns bei unserem Vorstand und unserem Übungsleiter Frank für ihre Arbeit.

Viele Grüße. Die Abteilungsleiterinnen

Susanne Zedlitz

Margret Brüchner