

Sonnengruss unter Bäumen

Baden Urban Yoga lockt in den Sommermonaten in den Park des Museums Langmatt

VON RICARDA MEYER

Wenn Yogamatten im Park des Museums Langmatt ausgerollt sind, Kurs Teilnehmer die Abendsonne mit ausgestreckten Armen begrüßen, dann findet das Urban Yoga statt.

Der Kurs wird seit neun Jahren von Nora Vogt, Lehrerin der Yogaschule «Do bewegt» in Rieden, geführt. «Ich wollte dem Yoga etwas zurückgeben, draussen einen Kurs für den guten Zweck anbieten und das Netzwerk der bestehenden Yogaschulen fördern», sagt Vogt.

Während der Sommermonate treffen sich Yogabegeisterte jeden Montagabend im Park der «Langmatt» unter freiem Himmel, um geistige und körperliche Übungen auszuüben. Während einer Stunde unterrichten erfahrene Lehrerinnen von Yogaschulen aus der Umgebung verschiedenste Stile. «Mit dem Urban Yoga kann die Sommerlücke regulärer Kurse überbrückt, neue Stile kennen gelernt und die Freude am Yoga entdeckt wer-



Yoga im idyllischen Park.

RICARDA MEYER

den», sagt Vogt. In vergangenen Jahren wurde die aus Indien stammende Lehre auf dem alten Friedhofspark und auf einer Wiese der Kantonsschule Baden praktiziert.

Seit drei Jahren wird der Anlass im Park des Museums Langmatt durchgeführt. «Im gepflegten Park gefällt es den Teilnehmern sehr gut. Obwohl der Kurs draussen in der Stadt ist, füh-

len sich die Teilnehmer geborgen und unter sich», sagt Vogt.

Am Kurs teilnehmen können Interessierte jeden Alters von Beginner bis Profi. Es müssen lediglich eine Yogamatte und 20 Franken mitgenommen werden. Die Kurseinnahmen kommen dem Tierheim des Aargauischen Tierschutzvereins zugute. Bis zum 13. August findet das Urban Yoga statt.