

fitness-fahrstuhl

Yoga als eine der sechs klassischen Schulen der indischen Philosophie ist längst im Westen angekommen. Auch mit inhaltlichen Veränderungen, die Yoga überhaupt erst kompatibel für westlich denkende Menschen macht. Jetzt erfährt das säkularisierte Yoga mit der Einführung des Leistungsprinzips eine weitere Verwestlichung. In den Staaten aufgrund begeisterter Stars wie Madonna und Sting bereits in der Öffentlichkeit angekommen, geht Power Yoga jetzt vom 10. bis 19. Mai in Deutschland auf Tour (Stuttgart, Hannover, Hamburg, Köln). Andrea Kubasch heißt die Trainerin, die unter ihrem Künstlernamen Qbi Yoga lehrt. Mit ihm Gepäck hat sie deutsche Musiker wie Mousse T., Fragma, Curley und Marque. Im Programm hat Qbi die Steigerung von Leistungsfähigkeit, Fitness, Ausdauer und Gelassenheit. Eben: Körper und Geist auf gleichem Level, nur ein paar Stockwerke höher.

www.poweryogagermany.de

