



YOGA AKADEMIE BERLIN

Vor der Tür ein Garten mit Teich, im Obergeschoss ein lichtdurchfluteter Übungsraum: Die idyllische Remise der Yoga Akademie ist ein Refugium – und ein Ort, an dem man den Facettenreichtum von Yoga kennen lernen kann, ohne in ein anonymes, großes Studio zu gehen. Die Lehrer haben zwar alle die solide Ausbildung der Yoga Akademie durchlaufen, doch jeder praktiziert einen eigenen Stil. Wer Entspannung oder spirituelle Aspekte sucht, findet hier ebenso ein Zuhause wie Menschen, die präzise Körperarbeit betreiben wollen, wie es etwa das Anusara Yoga bietet. Ananda Leone, der Chef der Schule, unterrichtet Yoga Sadhana, einen südindischen Stil, der 7.000 Jahre zurückreicht und bereichert diese Tradition mit modernem anatomischem Wissen an. Das Ergebnis ist eine Yogamethode, die keiner festen Dramaturgie folgt, sondern mal fließend und dynamisch, mal fest und ruhig ist. Es finden auch Kurse im Kulturzentrum Radialsystem statt. Zudem organisiert die Schule Ferien auf Ibiza und Bali.

*Wartburgstr. 52, Schöneberg,
Tel. 831 15 87,
www.yogaakademie.de;
siehe auch Seite 100.*