



#yogaeverywhere

Rooftop-Yoga, Yoga an der Isar, Yoga vor den Pinakotheken: In München kann man mittlerweile beinahe überall Yoga machen. Das Pop-Up-Yoga haben Gina und Terry ins Leben gerufen. Wöchentlich bieten sie Yoga-Stunden an den ungewöhnlichsten Orten an. Gina unterrichtet das Strala-Yoga, eine sehr moderne Yoga-Richtung, in der es hauptsächlich darum geht, sich selbst kennenzulernen und herauszufinden, was einem gut tut.

Entwickelt wurde es von Tara Stiles in New York, die mittlerweile beinahe schon einen Kult-Status in Strala-Yoga-Kreisen erreicht hat. Die Stunden sind oft mit angesagter Musik unterlegt und der Spaß am Yoga steht im Vordergrund. Anmelden kann man sich ganz entspannt über Facebook, hier werdet ihr auch über alle kommenden Events auf dem Laufenden gehalten. So könnt ihr München auf eine yogische Art und Weise kennenlernen! Alles was ihr braucht, ist eine Matte oder ein Handtuch. Für manche Stunden wird ein fester Unkostenbeitrag von 15€ erhoben, andere basieren auf einer freiwilligen Spendenbasis.

Special-Tipp aus der Redaktion: Am 10. Juli könnt ihr Yoga in der Villa Stuck machen!

Mehr Infos zum Pop-Up-Yoga gibt es auf



Cover



1



2



3



4



5



6



7



8