

10. Lange Nacht des Yoooga am 24. Juni

Das Jubiläums-Event präsentiert sich mit 64 Yogastudios und Vereinen, 150 Yogalehrer*innen und 270 Yogastunden – kostenfrei, ohne Anmeldung und in ganz Hamburg.

Zum 10. Mal veranstaltet der gemeinnützige Verein YOGAHILFT am Samstag, 24. Juni die Lange Nacht des Yoooga in Hamburg. Zum Jubiläum hat YOGAHILFT in dem ParkSportInsel e.V. einen tollen Kooperationspartner gefunden. Bewegung im öffentlichen Raum ist das große Thema im Rahmen der Active City Strategie und das bietet die Lange Nacht des Yoga mit Unterstützung des ParkSportInsel e.V. in 10 Parks.

Functional Yoga, Strala Yoga, Tibetisches Heilyoga, Partner-Yoga – das Angebot ist groß. Hier findet die Lange Nacht des Yoooga outdoor statt: Wilhelmsburger Inselpark, Wallanlagen, Von-Dratelscher Park Horn, Stadtpark Harburg Außenmühle, Schillerufer Bergedorf, Öjendorfer Park, Mümmelmannsberg, Lohmühlenpark, Hammer Park, Eichtalpark. Im Eichtalpark gibt es in Kooperation mit Special Olympics Hamburg in spezielles, inklusives Angebot für Menschen mit und ohne Behinderung.

Los geht es jeweils um 17.00 Uhr zur vollen Stunde. Alle Teilnehmenden benötigen lediglich eine Yogamatte oder eine Decke. Die Angebote richten sich sowohl an Anfänger*innen als auch an Geübte. „Das Motto ist: „Ganz Hamburg macht Yoga. Mach doch einfach mit“, sagt Cornelia Brammen, Gründerin von YOGAHILFT. „Die Lange Nacht des Yoooga in den Parks bietet Yoga für alle: Kinder, Senior*innen, Fußgänger*innen, Rollfahrer*innen. Wir hoffen, dass sich die Angebote nach dem Event gemeinsam mit dem ParkSportInsel e.V. verstetigen lassen.“

ParkSportInsel e.V. ist mittlerweile in 12 Parks mit offenen ParkSport Angeboten aktiv. „Wir sprechen insbesondere Quartiersbewohner*innen an, die bislang wenig Zugang zu Bewegung und einer aktiven Freizeitgestaltung gefunden haben oder sich Vereinsmitgliedschaften nicht leisten können. Die Lange Nacht des Yoooga bietet eine tolle Chance für alle, Yoga einmal auszuprobieren, ganz unkompliziert in der Natur und ohne Barrieren. Wir engagieren uns dafür, dass viele Menschen an gesundheitsförderlichen Aktivitäten teilhaben können und setzen so wichtige Impulse. Dafür steht auch das Engagement von YOGAHILFT“, sagt Nina Stahmer, Geschäftsführerin des ParkSportInsel e.V.

Gesamtes Programm: www.yoganacht.de

Website ParkSport: www.parksportinsel.de

Ansprechpartnerinnen:

Cornelia Brammen / YOGAHILFT: 0163-7080914

Corinna Schmidt / ParkSportInsel e.V.: 0173-2461646

YOGAHILFT

Mit seinem Programm YOGAHILFT erreicht der gemeinnützige Verein Yoga für alle e.V., 2014 in Hamburg gegründet, wöchentlich 600 Menschen bundesweit. Partner*innen in Hamburg sind u. a. hoffnungsorte hamburg/schulhafen, AWO-Service-Wohnen, Diakonie, Nussknacker e.V., Insel e.V., Hartwig-Hesse-Quartier, bfgf, Grundschule Potsdamer Straße, ReBBZ Nord, Frijetjof-Nansen-Schule Standort Schnackenburgallee, Jenfelder Kaffeekanne.



YOGA FÜR ALLE E.V. Vorstand: Cornelia Brammen und Birgit Köhler Fruchttallee 19a 20259 Hamburg
Amtsgericht Hamburg VR 22129 Spendenkonto: GLS-Bank IBAN DE 28430609672048663400