



Yoga unter freiem Himmel: So schön sah es zum Auftakt des HNA-Yogasommers vergangenes Jahr in Kaufungen mit Yogalehrerin Heike Jentsch aus. FOTO: HANS-GERHARD PFAFF

# An 27 Standorten entspannen

**HNA-YOGASOMMER** Veranstaltung wird immer größer und geht bereits ins zehnte Jahr

Kassel – Es ist ein kleines Jubiläum, und die Planungen sind weit fortgeschritten: Wenn der Yogasommer unserer Zeitung am 14. Juni in Kassel beginnt, dann feiert er tatsächlich bereits seinen zehnten Geburtstag. „Darum planen wir auch eine Überraschung für die Yogis, die am Yogasommer teilnehmen“, sagt HNA-Redakteurin Marie Klement, die zum Organisationsteam der Veranstaltung gehört. Beim Auftakt dabei zu sein, das wird sich also in vielerlei Hinsicht lohnen.

Aus einer kleinen Idee ist längst eine echte Erfolgsgeschichte geworden. Passend zum Zehnjährigen erhält die Veranstaltung dann auch erneut kräftig Zuwachs. Was

einst mit der Premiere in Kassel und Baunatal begann, ist seitdem von Jahr zu Jahr gewachsen – und erhält nun zum Jubiläum noch einmal einen kräftigen Schub. Sechs neue Standorte in Nordhessen und Südniedersachsen kommen hinzu und setzen somit den Trend fort: Yoga hat die verstaubte Ecke, in die es einst geschoben wurde, längst verlassen. Immer mehr Menschen verstehen die positive Wirkung auf Körper und Geist.

Yoga steigert die Beweglichkeit, hat so auch viele positive Auswirkungen auf den Körper und die Gesundheit. Wer beispielsweise Rückenprobleme hat, weil er den Tag im Job überwiegend sitzend verbringt, ist

hier bestens aufgehoben. Zur Ruhe kommen, die Konzentrationsfähigkeit verbessern, auch das kann Yoga leisten. Und nicht zuletzt wird Yoga auch Kraft und Ausdauer steigern. All das können unsere Les-



rinnen und Leser in neun Wochen Yogasommer probieren. An einem der Standorte vor der Haustür, aber ebenso bei einer Reise durch die Region. Neumit dabei sind: Holzhausen und

Westuffeln im Kreis Kassel, Bad Zwesten und Spangenberg im Schwalm-Eder-Kreis, Bad Gandersheim im Landkreis Northeim und Göttingen.

Insgesamt ist es so mittlerweile die stolze Zahl von 27 Orten, an denen die Teilnehmer mit unserer Zeitung und unter Anleitung von ausgebildeten Lehrerinnen und Lehrern neun Wochen lang Yoga ausüben können. Das Besondere dabei: Alle Einheiten, die jeweils eine Stunde lang sind, finden in Nordhessen und Südniedersachsen an malerischen Plätzen und unter freiem Himmel statt. Und: Die Teilnahme ist kostenlos. Wer möchte, kann aber nach der Stunde für die Lehrer spenden.

An den meisten Standorten wird Hatha-Yoga praktiziert. Grundsätzlich gilt: Anfänger brauchen keine Scheu zu haben, sich erstmals auszuprobieren. Einfach Matte ausrollen und los geht es.

Wie es zur Tradition geworden ist, gibt es in Kassel auf der Hessenkampfbahn auch in diesem Jahr den Yogasommer-Auftakt – und zwar am 14. Juni um 9.30 Uhr. Mit dabei sein werden die beiden Yoga-Lehrerinnen Claudia Grünert von Kassel.Yoga, die seit der ersten Stunde zum Yogasommer-Team gehört, und Jutta Pauksch mit ihren Lehrerinnen von Entire Yoga, ebenfalls seit Jahren fester Bestandteil der Veranstaltung. **FRANK ZIEMKE**

## BG Göttingen entlässt Trainer Fabian Strauß

Göttingen – Fünf Tage nach dem Aus im Playoff-Viertelfinale bei den Kirchheim Knights (1:3 in der Gesamtserie) hat sich Basketball-Zweitligist BG Göttingen von Trainer Fabian Strauß (33) getrennt. Nach nur einer Saison und der verpassten Rückkehr in die Bundesliga muss der von den Dresden Titans angekommene Coach gehen.

Die BG-Chefs um Geschäftsführer Frank Meinertshagen kreideten Strauß offenbar an, dass er die „Mission Wiederaufstieg“ nicht geschafft habe. Angeblich soll ihm dies bereits vor Beginn der Playoffs signalisiert worden sein, falls er den Einzug ins Halbfinale nicht schafft.

„Das Minimalziel, die Hauptrunde mindestens als Vierter abzuschließen, wurde erreicht“, wird Meinertshagen in der Pressemitteilung zitiert. „Das zweite Ziel, mindestens ins Playoff-Halbfinale einzuziehen, haben wir aber verfehlt. Das ist nicht allein die Schuld des Trainerteams. Zur Wahrheit gehört auch, dass wir solch eine Seuchensaison mit vielen parallel verletzten Spielern noch nie erlebt haben. Dennoch hat die Mannschaft ihr Potenzial zu oft nicht ausgeschöpft.“ In der Hinrunde verlor die BG nur vier Spiele, in der Rückrunde sieben. Im Dezember/Januar fielen vier Spieler fast gleichzeitig verletzt aus.

haz/gsd FOTO: HUBERT JEJUNEC



**Fabian Strauß**  
Nur ein Jahr BG-Trainer

# Vogt und Krawietz haben Grund zur Freude

**QUADRATHLON-EM** Ungar Ferenc Csima setzt sich erneut am Auedamm über die Sprint-Distanz durch

Kassel – Mit derselben Taktik zur Titelverteidigung: Ferenc Csima (Ungarn) gewann nach 2025 zum zweiten Mal die Quadrathlon-Europameisterschaft über die Sprint-Distanz bei der Wassersportvereinigung Cassel (WVC) am Auedamm.

Csima siegte über 500 Meter Schwimmen, 18 Kilometer Radfahren, 5,5 Kilometer Paddeln und 5 Kilometer Laufen in 1:18:03 Stunden vor Michael Faustmann (Triathlon Team Senftenberg; 1:18:52), Alexander Dittrich (T.C. Fiko Rostock; 1:19:19) und dem Vorjahres-Vizemeister Leos Rousavy (Tschechien; 1:19:39). Von Rang 15 nach dem Schwimmen in der Fulda fuhr der Ungar auf den drei Runden bis auf Rang acht nach vorn.

Mit der Bestzeit im Kajak stürmte Csima fast bis an die Spitze. Nur eine Sekunde früher ging Maurus Züllig (Egnach) auf die Laufstrecke und fiel dann bis auf Rang sieben zurück, während der in seinem Heimatort Kaposvar als Direktor einer Zuckerfabrik arbeitende Csima bereits nach wenigen Metern die Führung übernahm und diese auf der Runde um den Bugasee ausbaute und bis ins Ziel verteidigte. Faustmann machte auf der Laufrunde noch einen Rang gut und holte den Vize-Titel vor Dit-



Los geht's: Die Teilnehmer nehmen hier die 500 Meter Schwimmen in Angriff.

FOTO: DIETER SCHACHTSCHNEIDER

trich, der nach dem Paddeln als Fünfter aus dem Kajak gestiegen war. „Ich hatte beim Schwimmen in der Fulda Probleme mit dem B Grad kalten Wasser und bin sogar Brust- und Rückenlage geschwommen“, sagte Dittrich, der im Vorjahr nicht am Start war.

Die junge Garde der heimischen Ausdauerathleten trumpfte mit zwei EM-Titeln auf. In der U23 riss Johann Vogt (ACT Kassel; 1:20:55) das Rudern im Lauf der Junioren U23 herum und nahm dem Gesamtführenden Züllig knapp über vier Minuten ab. Jugend-Gold war wieder eine klare Angelegen-



**Erfolgreiche heimische Starter:** Markus Krawietz (links) und Johann Vogt. FOTO: MARCO BERGER

heit für Markus Krawietz (1:26:31), der für den einzigen Erfolg der Gastgeber sorgte und

dem Konkurrenten zehn Minuten abknöpfte. Vor den Top-Männern kamen

der zweiten Startgruppe auf die Strecke. Hier übernahm die Vize-Meisterin des Vorjahres, Anke Trilling (SG Welper; 1:28:35), auf der Paddelstrecke das Kommando, ging dann als Spitzenreiterin in die vierte Teildisziplin und ließ die lange Führende Katharina Vieth (; 1:29:57) auch nicht mehr herankommen. Titelverteidigerin Annalena Klee (TSV Mellichstadt; 1:30:55) erreichte die drittbeste Zeit und vergab eine bessere Platzierung im Kajak auf der Fulda. Das Schiedsgericht ließ dann später bei der Siegerehrung Gnade vor Recht ergehen und wertete den Zieleinlauf der Frauen nach den Zeiten, auch wenn diese in verschiedenen Startgruppen erzielt wurden.

Das Orga-Team um Bernd Scheller und Harald Brückmann war mit Ablauf der EM zufrieden. „Wenn es möglich ist, wollen wir die Titelkämpfe langfristig in Kassel etablieren“, sagte Scheller. **zxb**

**Weitere Nordhessische Ergebnisse:** Richard Radloff (WVC) 1:25:26 (3. M40), Marcus Demmer (WVC) 1:30:39 (5. M40), Florian Rabani (PSV) 1:36:33 (4. M20), Malte Galle (WVC) 1:41:08 (5. M20), Lisa Büthe (WVC) 1:42:06 (4. W20), Lara Dipel (WVC) 1:42:16 (5. W20), Martin Krapp (CSK Kassel) 1:44:10 (4. M60), Franka Rönisch (WVC) 1:44:58 (2. WU23), Robin Albiez (WVC) 1:45:01 (6. M20), Rene Heeger (WVC) 1:52:35 (7. M20), Hanna Schwarz (Kassel) 1:53:06 (6. W20), Nora Berger (WVC) 1:53:31 (7. W20), Andreas Nenniger (WVC) 2:02:38 (7. M60). (zxb)