



Yoga del Sol

YOGA UND MEHR

AKTUELLE INFORMATIONEN ZUM ONLINE-YOGA BEI YOGA DEL SOL / Stand 29.03.2020

Liebe Yogini, lieber Yogi,

vielen Dank für Eure vielen Mails, mit denen Ihr mich unterstützt und Interesse zeigt. Vor allem geben sie mir das gute Gefühl, daß wir als Yoga-Gemeinschaft auch verbunden bleiben, wenn wir uns nicht treffen können. Einige von Euch hatten noch Fragen zu dem Online-Angebot, die ich beantworten möchte:

1) „Schaffe ich das mit der Technik?“

Du brauchst zur Teilnahme einen Bildschirm mit Internetzugang. Das kann einfach ein Handy, Tablet, Laptop oder Computer sein. Du erhältst per Mail einen Link zu einer Webseite. Rechtzeitig vor Beginn gehst Du z.B. mit Deinem Laptop immer auf diesen Internetlink – und schon bist Du drin. Wenn Du schon einmal gekyped hast: so ähnlich, nur daß ich Dich nicht höre und sehe.

2) „Ich bin mir nicht sicher, ob Online-Yoga etwas für mich ist“

Die Frage kann ich verstehen. Es ist so: zum einen gibt es gerade keine Alternative. Zum anderen sind wir Lehrerinnen auch etwas aufgeregt, vor Kamera und „im Internet“ zu unterrichten. Also komme doch einfach dazu, und wir springen gemeinsam über unsere Schatten!

3) „An wie vielen Kursen kann ich denn für 49€ teilnehmen?“

Das Online-Angebot ist tatsächlich wie eine Flatrate! Du kannst an allen Online-Kursen des Yoga del Sol bis zum 18. April teilnehmen.

4) „Was ist, wenn ich erst später mit den Kursen starten kann?“ Das Angebot von 49€ gilt für alle Online-Kurse, die bis zum 18. April stattfinden. Egal, wann Du persönlich mit Deiner Praxis mit uns online beginnst.

5) „Können auch meine Freunde bei den Online-Kursen teilnehmen, die bisher noch nicht bei Dir im Studio waren?“

Das Schöne am Internet ist: es ist Platz für alle! Sie schreiben mir bitte einfach eine Mail mit zwei Informationen: 1) ihren Namen und 2) die E-Mail-Adresse, unter der ich ihnen die Links für die Kurse zuschicken soll. Parallel dazu überweisen sie mir bitte einmalig 49 € an:

Katja Eren Yoga del Sol, IBAN DE92 3806 0186 1502 4780 16
mit ihrem Namen und „Online Yoga“ im Betreff.

6) „Ich bin schwanger, ist das auch etwas für mich?“

Am Yoga sanft-Kurs nehmen regelmäßig Schwangere teil. Wenn Du online daran teilnehmen möchtest, können wir in diesem Kurs auch für Schwangere passende Hinweise und Alternativen geben. Schreibe mir in diesem Fall bitte eine Mail.

7) „Was ist denn nach dem 18. April mit dem Online-Angebot?“

Ich würde sehr gerne schreiben: „Dann haben wir wieder geöffnet und treffen uns wieder im Yoga del Sol!“. Wie wir wissen, weiß das leider keiner. Falls Ihr das Angebot gut annehmt, finden wir dann einen Weg, wie wir es sinnvoll verlängern, falls nötig.

8) „Welchen Unterricht wird es online geben?“

Auf unserer Webseite www.yoga-del-sol.de findest Du den aktuellen Online-Kursplan.

Weiterer Hinweis: Alle Karten werden um die Dauer der Schließzeit verlängert!

Zum Schluß möchte ich Euch noch einmal ganz besonders für Eure Solidarität danken. Daß so viele von Euch diesen Weg mit mir gehen, stärkt mir auch wirtschaftlich den Rücken. Ihr seid vielleicht selber betroffen, oder kennt andere Menschen, die selbstständig sind: die wirtschaftlichen Folgen der Schließungen treffen viele, so auch mich. Und so bin ich auch sehr dankbar dafür, daß Ihr dazu beiträgt, daß das Studio weiterhin gut bestehen kann.

Ganz unabhängig von meiner persönlichen Situation halte ich es für uns alle gerade für sehr wichtig, Räume zu schaffen, in denen wir uns begegnen und etwas zusammen unternehmen. Damit wir körperlich und geistig gesund bleiben. Und damit aus körperlicher Distanz keine menschliche Distanz wird.

Ich wünsche Dir alles Gute, bleibe gesund, auf bald,

Deine Katja

Namasté