

#BERLIN 23. Januar 2024

# Yoga und Politik - Passt das überhaupt zusammen?

„Auf jeden Fall!“ - finden die Kolleginnen der Ortsfrauenleitung Berlin und haben zu einem Schnupperkurs Yoga in den Räumen der EVG eingeladen.



Nach der Einführung zu den aktuellen EVG-Themen und den geplanten Veranstaltungen der EVG Frauen, wurden die Matten ausgerollt und los ging es. Die Yoga-Trainerin Kirsten Wulff, selbst EVG-Mitglied und bei den Frauen aktiv, brachte alle Kolleginnen zum Dehnen, Recken und manche von uns auch zum Schwitzen.

Am Schluss waren alle begeistert. „Ich habe schon seit langem Schmerzen in der linken Schulter und seit gestern ist der Schmerz fast weg,“ meinte Dagmar. „Die Dehnübungen beim Yoga-Kurs waren super. Ich bin froh, daran teilgenommen zu haben.“

Jetzt planen die Kolleginnen der Ortsfrauenleitung eine Fortsetzung des Kurses. Wann und wie es weitergeht, wird rechtzeitig veröffentlicht.