

Gleich nebenan: Schweben wie auf Wolken

Es war ein Glücksfall! Genau in diesem Kiez haben Melina Remoundos und Jasmin Kassem gesucht und genau in diesem Kiez haben die beiden den idealen Ort für ihr neues Yogastudio gefunden. Unweit der Schöneberger Kolonnenstraße, in der kleinen Herbertstraße, liegt das Ladengeschäft, das früher mal ein Raum für Tanztherapie war, und nun von den beiden Gründerinnen in einen idealen Ort für Ruhe und Entspannung verwandelt wurde.

„Bevor wir eingezogen sind, stand erstmal der Umbau an: mit neuer Küche, neuen Böden und neuen Toiletten. Auch die Wände haben wir gestrichen. Und so ist in dem Raum eine tolle Atmosphäre entstanden, die unsere Gäste sehr schätzen“, fasst Melina Remoundos die Startphase zusammen. „In einem Yogastudio muss man loslassen können, deshalb haben wir mit viel Sorgfalt alles so schön hergerichtet und eine familiäre Atmosphäre geschaffen“, ergänzt Jasmin Kassem. Beide Yogalehrerinnen leben selbst in Schöneberg, sind im Bezirk verwurzelt. Mit der Anmietung der Gewerbeinheit bei der STADT UND LAND endete eine fünfjährige Suche.

Ruhe und Entspannung – das assoziiert man meist als Erstes mit Yoga. Doch im Studio fallen die silberfarbenen Traversen auf. Was hat es mit diesen Konstruktionen auf sich? „Wir bieten auch Aerial Yoga Kurse an“, berichtet Jasmin Kassem. „An die Traversen werden Tücher gehängt, in denen und mit denen die Yogaübungen erfolgen. Man schwebt gewissermaßen auf Wolken und trainiert nebenbei Kraft, Balance und Konzentration.“ Natürlich braucht das am Anfang etwas Mut und auch akrobatisches Geschick. „Wer Aerial Yoga einmal ausprobiert hat, kehrt immer wieder zurück. Einerseits ist es das Gefühl des Schwebens, andererseits ist es das vielleicht effektivste Faszientraining, das man sich vorstellen kann“, schließt Melina Remoundos an.

Bevor die Traversen aufgestellt wurden, musste natürlich alles statisch geprüft werden. Das Konzept geht auf, die Kurse sind sehr begehrt. Daneben gibt es noch die klassischen Yogakurse,



Workshops oder auch Einzelkurse. „Wir haben erst Ende Mai eröffnet. Doch in den wenigen Wochen seit der Eröffnung sind wir hier in der Nachbarschaft sehr gut angekommen und angenommen worden“, so Jasmin Kassem. „Genau in dem Kiez, für den unser Herz schlägt“, lacht Melina Remoundos. Wohl nicht nur das Herz, sondern auch die Seele, bei SOULYOGA in der Herbertstraße. □

Die beiden Gründerinnen von Soulyoga: Jasmin Kassem (l.) und Melina Remoundos.

i

SOULYOGA BERLIN

YOGA & AERIAL STUDIO
Herbertstraße 11/
Ecke Kolonnenstraße
10827 Berlin
www.soulyoga-berlin.de
info@soulyoga-berlin.de