

KURZ



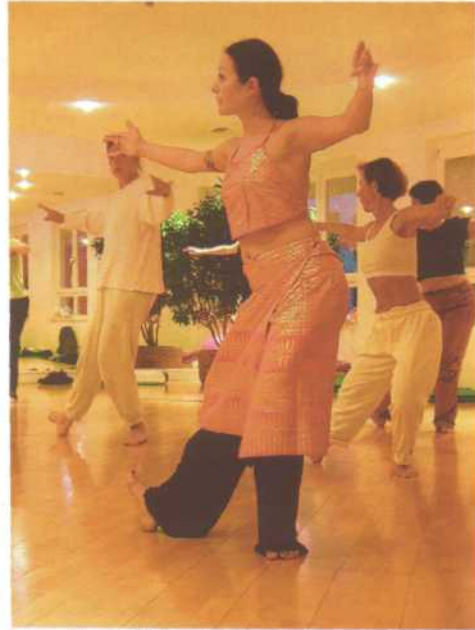
Bäume: Einzigartige Geschöpfe der Natur

Nähe des Chiemsees eine wunderschöne, prächtig blühende Kastanie – freistehend, so dass sie sich nach allen Seiten hin entwickeln konnte. Weil das Licht aber nicht stimmte, kam der Fotograf noch einmal wieder, um dem Baum mit einem Foto die Ehre zu geben. Wer also nicht dazu kommt, unter einem echten Baum zu träumen, erfährt vielleicht beim Betrachten der Fotografien einige Minuten Ruhe und Kontemplation.

GÜNTER GERKE: „Faszination Bäume“ • Ausstellung, noch bis 26. September 2003, ganztägig geöffnet • Eintritt frei • Ort: Hotel Bellevue, An der Alster 14 • Information: Günter Gerke, Telefon 45 76 63

VOLL IM TREND: INDIEN. Indische Filme, indisches Essen und indische Mode sind derzeit schwer im Kommen. Ganz klar, dass die indische Lebensart da nicht zurückstehen kann: „Indian Spirit“ heißt ein neuer Kursus, den die Balletttänzerin Tatjana Wegner in verschiedenen Fitness-Studios anbietet. Die Performance-Künstlerin hat vier uralte asiatische Techniken miteinander verbunden, „die Körper, Geist und Seele in Einklang bringen sollen“.

bunt Yoga, Qigong, Meditation und indischer Tanz führen „zu einer verbesserten Koordination und Beweglichkeit. Durch eine Kräftigung der Skelettmuskulatur wird eine aufrechte Haltung gefördert. Die Übungen intensivieren die Körper-



Tatjana Wegner: Mit indischem Tanz die Körperwahrnehmung intensivieren

wahrnehmung, harmonisieren den Energiefluss und beruhigen den Geist“, sagt die Tänzerin. Wohltuendes Nebenprodukt: Durch die typischen Fingerhaltungen beim indischen Tanz, aber auch beim Yoga werden die Reflexzonen der Hände und

auch der Füße angeregt. Denn „Indian Spirit“ wird barfuß praktiziert.

TATJANA WEGNER: „Indian Spirit“ • donnerstags, 19.45-20.45 Uhr • Tagespreis: 16 Euro • Ort: Kaifu-Lodge, Bundesstraße 107, Hamburg-Eimsbüttel • Information: Telefon 40 12 81 • • montags, 20.30-21.30 Uhr • Probetag: 21 Euro • Ort: MeridianSpa City, Schaarsteinweg 6, nahe U-Bahn Baumwall • Information: Telefon 65 89 11 00

@ www.meridianspa.de

@ www.kaifu-lodge.de

kurz
&
bunt

DEM INNEREN RUF FOLGEN.

Jeder Mensch ist Lehrender und Lernender zugleich. Diejenigen, die ihre lehrende Seite im Bereich Tantra, Sexualität und Liebe verstärken wollen, haben Gelegenheit eine dreijährige Aus- und Fortbildung im Institut für Lebenskunst und Tantra in Berlin zu beginnen. Frank H. Fiess und Michaela V. Kuhn teilen in dieser Ausbildung „die kostbarsten Schätze, die wir in den letzten zwanzig Jahren von unseren verehrten Lehrerinnen und Lehrern emp-