



Wir sind Weltbürger.



**Deutscher
Marinebund**
Das Bündnis für
Mensch. Schifffahrt. Meer.



AKTUELLES

- Berichte
- Newsletter
- Bildergalerie
- Termine
- Presseservice
- Archiv

KONTAKT

- Kontakt
- Datenschutz
- Impressum



Yoga auf dem Großsegler – der „Hessische Lloyd“ bietet ungewöhnliches Naturerlebnis

Jeden Morgen bittet Yogameisterin Dagmar Saschek aufs Vorschiff des Windjammers „Johann Smidt“. Es herrscht eine besondere Stimmung, wenn sich ein Dutzend Menschen bei aufgehender Sonne, rauschendem Meer und endlosem Blick unter geblähten Segeln zum Yoga versammeln. „Kundalini- Yoga ist besonders geeignet für Anfänger oder auch Leute, die nicht so gut beweglich sind“, sagt Saschek, „und gleichzeitig kommen auch routinierte Yogi auf ihre Kosten“.

Seit zehn Jahren bietet der Reederei- Verein „Hessischer Lloyd“ Windjammerreisen an, neuerdings mit dem Angebot „Yoga unter Segeln“. Alle Mitreisenden können mitmachen, ob sie schon Yoga- Erfahrung haben oder nicht. „Als wir das Programm vergangenes Jahr ausprobierten, waren wir völlig verblüfft, dass auch unsere Seebären morgens mit Yogamatte auf Deck erschienen,“ sagt Ingo Nathusius vom „Hessischen Lloyd“, „Körpererfahrung und Entspannung beim Yoga passen unglaublich gut zum Naturerlebnis einer Windjammerreise. Wer auf See offline in der Natur ist, fühlt sich schnell wie neugeboren“.

Der Hessische Lloyd legt hohen Wert auf Sicherheit, Niveau und gute Küche. Die Schiffe werden von erfahrenen Nautikern unter Kapitän Harald Forst geführt. Die Ausrüstung ist auf dem neusten Stand. Ein Schiffsarzt ist an Bord. Ein mitreisender Zoologe erklärt auf Wunsch Interessierten Flora und Fauna. Wer mitfährt, muss mitmachen, denn die Segel setzen sich nicht von selbst. Trotzdem bleibt viel Zeit zum Erholen und genießen. Schiffskoch Ansgar Dierkes bringt internationale Küche mit frischen, oft noch in Häfen zugekauften regionalen Zutaten auf den Tisch.

Anfang Juli geht es auf Rügen los, nach einer Woche endet die Reise im schwedischen Kalmar. Unterwegs stehen Besuche auf Bornholm, Öland und Gotland auf dem Programm. Die Reise kostet einschließlich Verpflegung und Yoga 890 Euro. Für An- und Abreise entlang der Strecke Darmstadt – Frankfurt – Kassel wird gesorgt (www.yoga-unter-segeln.de).

Text und Foto: Hessischer Lloyd



Yoga unter Segeln - ein besonderes Erlebnis.