

ERLEBEN

# TIERISCHES YOGA

**Y**oga erdet die Menschen und sorgt für ein gutes Körpergefühl und Entspannung. Bei den Yoga-Sessions auf der Alpaka-Weide gilt dies sogar noch mehr. Vor jeder Yogastunde teilen die Besitzer des jeweiligen Alpkahofs ihr Wissen über das Verhalten und die Pflege der Tiere. Im Anschluss wird auf der Weide verweilt und es können Fotos für die Erinnerung mit dem Lieblings-Alpaka geschossen werden (falls das Alpaka das dann auch möchte).

Eine Lektion geht 90 Minuten, bietet pure Erholung und ist für alle Levels geeignet, von AnfängerInnen bis zu erfahrenen Yogis. Das Team versierter YogalehrerInnen sorgt dafür, dass die Übungen zugänglich und dennoch herausfordernd sind. Die Alpakas machen zwar die Übungen nicht mit, sind aber sehr neugierig und beobachten das entspannte Treiben.

Das Alpaka-Yoga ist ein besonderes Yoga, das sich auf die Natur, das Tier, die Ruhe, Konzentration auf den Körper und die Entspannung fokussiert.

Veranstaltet wird das Yoga auf diversen Alpaka-Höfen und die Organisatoren sind ein Kollektiv von Freunden, Betreibern von Alpaka-Höfen, Yogalehrern und Künstlern, die die Liebe zur Natur, zur Bewegung und zum Tier verbindet. Das Ziel: ein entspanntes Lächeln. Sie ermöglichen die respektvolle Begegnung mit dem wunderbaren Tier Alpaka. Neben dem Yoga runden Fondue, Klangreisen, Picknick oder Malen inmitten Alpakas die entspannten Erlebnisse ab. Den Organisatoren ist es wichtig, einen Beitrag zur mentalen Gesundheit zu leisten, ohne der Natur Schaden zuzufügen. Die neugierige, aber gleichsam scheue Art der Alpakas hat eine besondere Wirkung auf uns Menschen. Ihr spannendes Wesen und die Suche nach aktivem Augenkontakt berühren uns, beruhigen unseren Geist und unsere Seele. Eine ideale Kombination mit den fließenden Bewegungen des Yogas.

Eine Anmeldung ist zwingend erforderlich, da die Zahl der Plätze begrenzt ist. Alle Informationen, Daten und Orte sowie die Reservation findet man unter [www.alpaka-erlebnisse.ch](http://www.alpaka-erlebnisse.ch). Flavia Müller



Fotos: CircusBasistik



Foto: Gromova Photos



HINGEHEN

# JUGENDZIRKUS AUF TOURNEE

**B**ereits zum 55. Mal geht der Jugend Circus Basilisk auf Tournee. Dieses Jahr steht die Tour unter dem Motto «... UND ACTION! Am Filmset mit dem Jugend Circus Basilisk». 46 junge Artistinnen und Artisten zwischen sieben und 17 Jahren zeigen ein vielseitiges Programm.

Seit letztem Herbst trainieren die «Basilisken» mit ihren ehrenamtlichen Trainerinnen und Trainern für die knapp dreiwöchige Tournee. Vom 1. bis 11. Juli gastiert der Zirkus in Basel auf dem Rosentalareal, danach geht es bis zum 18. Juli nach Langenthal auf den Parkplatz bei der Markthalle. Tickets gibt es online

unter [www.circusbasilisk.ch](http://www.circusbasilisk.ch). Die Ticketreservation kostet fünf Franken, an der Vorstellung gibt es dann eine Kollekte.

Der Kinder und Jugend Circus Basilisk besteht seit 1969 als Verein ohne öffentliche Subventionen. Er verfügt über eine gesamte eigene Infrastruktur mit Zirkuszelt für bis zu 500 Personen. Die Finanzierung erfolgt über Mitgliederbeiträge, Hutsammlungen und Spenden.

Mitmachen beim Zirkus können alle ab sieben bis maximal 17 Jahre. Jeweils im Oktober gibt es zwei Probetrainings nach den Herbstferien, an denen die Sieben- bis 13-Jährigen die Möglichkeit haben, den Zirkus-Betrieb zu erleben,

um für sich zu entscheiden, ob sie hier mitmachen wollen. Die artistische Leitung und die Trainer legen anschliessend fest, welche Kinder ins Grundtraining aufgenommen werden.

Da alles ehrenamtlich ist, werden auch die Eltern mit eingebunden, dazu gehören neben den drei Zeltauf- und -abbauten während des Zirkus-Jahres auch Ämtli wie zum Beispiel Kostüme nähen, Kochen während der dreiwöchigen Tournee, Marketing, Mitarbeit in der Kommission oder im Vorstand etc.

Der Grundgedanke des Vereins, «Kindern und Jugendlichen durch eine sinnvolle Freizeitbeschäftigung das Verständnis für eine gemeinschaftliche Aufgabe nahezubringen», hat auch heute, 55 Jahre nach der Gründung, noch Gültigkeit.

Flavia Müller