



Irgendwas geht immer

Veranstaltungen (<https://www.munichmag.de/veranstaltungen/>)

Freizeit (<https://www.munichmag.de/freizeit-tipps-muenchen/>)

Essen & Trinken (<https://www.munichmag.de/essen-trinken-muenchen/>)

Münchner Macher (<https://www.munichmag.de/muenchner-macher/>)

Heute (<https://www.munichmag.de/>)

Morgen (<https://www.munichmag.de/veranstaltungen-morgen/>)

Save the date (<https://www.munichmag.de/save-the-date/>)

„Die eine kann Yoga, die andere Events.“ – POP UP YOGA München

Von Regina Bruckschlögl, 16.08.2016



Pop Up Cafés und Pop Up Stores kennen wir alle – aber **POP UP YOGA**?

Das kennen wir nun dank Gina und Terry auch. Die beiden Münchnerinnen haben zum ersten Mal in der Schweiz von POP UP YOGA gehört und beschlossen: Das braucht München auch! Die Voraussetzungen dafür waren vorhanden, denn wie die beiden Mädels selbst von sich sagen: Die eine kann Yoga, die andere Events.

Wie seid ihr auf die Idee gekommen, POP UP YOGA zu machen?

Bei dem Besuch einer Yoga-Freundin in Zürich hörte Gina zum ersten Mal von POP UP YOGA. Da hatten die Schweizer uns wohl etwas voraus. Die Idee, dieses spannende Konzept auch in unser München zu bringen, ging Gina nicht mehr aus dem Kopf. „Ich kann Yoga – du kannst Event“ – so kam Terry mit ins Spiel und die Idee nahm Gestalt an. Denn um die POP UP YOGA Idee zu verwirklichen, haben wir uns mit unseren unterschiedlichen Stärken zusammengetan: Gina ist der Yoga-Part von POP UP YOGA. Sie ist ausgebildete Strala-Yoga Lehrerin mit Zertifikat, einer Geschichte und allem, was so dazu gehört. Terry ist der organisatorische und absolut sportliche Teil von uns. Sie arbeitet als Eventmanagerin und studiert nebenbei Fitness- & Gesundheitsmanagement – und als nächstes kommt vielleicht eine Yoga-Ausbildung...

Nach dem Motto „Schauen wir einfach mal, was passiert“ haben wir dann angefangen, die verschiedensten Münchner Locations anzuschreiben. Dass dann gleich unser allererstes Event in der Villa Stuck innerhalb kürzester Zeit ausgebucht war und unsere Idee bei so vielen Münchnern so gut ankommt – damit haben wir damals wirklich nicht gerechnet und es freut uns wahnsinnig!



w.munichmag.de/die-eine-kann-yoga-die-andere-events-pop-up-yoga-muenchen/pop-up-yoga-in-der-villa-stuck



www.munichmag.de/die-eine-kann-yoga-die-andere-events-pop-up-yoga-muenchen/pop-up-yoga-im-gruenen

Wer kann mitmachen? Und welche Form von Yoga praktiziert ihr?

Bei unseren Stunden ist jeder willkommen, egal ob Anfänger oder „Profi“. Das ermöglicht der besondere – vielleicht etwas unkonventionelle – Yoga Stil unserer Stunden: Strala Yoga kommt aus New York von Tara Stiles. Strala Yoga ist ein sehr flüssiges Yoga, in dem es darum geht, selbst ganz viel auszuprobieren, was sich richtig und was falsch anfühlt. Seinen

eigenen Körper so vielleicht neu kennen zu lernen, sich mit sich selbst zu verbinden und dabei Spaß zu haben. Jeder Körper ist anders und es gibt für jeden immer eine passende – leichtere oder herausfordernde – Variante, weshalb im Grunde jeder mitmachen kann.

Wie oft findet das POP UP YOGA statt und wie viel kostet es?

Wir planen normalerweise ein Special Event pro Monat. Special bedeutet in unserem Fall in besonderen Locations – von Museen (Villa Stuck) über Showrooms und Galerien (Studio Simon Lohmeyer) bis zum Möbelhaus (KARE Kraftwerk). Die Teilnahme an einer solchen Stunde kostet 15,00 €.

Außerdem geben wir, sofern das Wetter mitspielt, ein- bis zweimal pro Woche Outdoor Stunden an schönen und besonderen Orten in ganz München. Dabei waren wir unter anderem schon im Englischen Garten, im Hofgarten, im Luitpold- und Olympiapark, an der Isar und am Königsplatz. Diese Stunden sind auf Spendenbasis.

Was macht ihr im Winter, wenn Outdoor-Yoga nicht mehr möglich ist?

Für den Winter ist weiterhin unsere monatliche Special Stunde geplant. Außerdem basteln wir an neuen coolen Ideen sowie an regelmäßigen Stunden mit Gina... Sobald hier etwas offiziell ist, lassen wir es euch natürlich sofort wissen.

Und last but not least: Was sind eure liebsten Yoga-Studios in München?




In München gibt es ganz viele tolle Studios. Für uns ist das Studio aber in der Regel sekundär. Viel wichtiger sind die Lehrer. Wir sehen uns selbst eher als Yogastudio-Hopper, die gerne viel ausprobieren und sich besondere Stunden und Workshops raussuchen. Was uns allerdings in vielen Yogastudios aufgefallen ist – man ist sehr anonym und es ist schwer mit anderen Yogis in Kontakt zu kommen. Deshalb motivieren wir in unseren Stunden immer wieder dazu, sich auch mal mit dem Nachbarn links und rechts zu unterhalten. Denn als Yogis haben wir ja zumindest alle schon mal ein gemeinsames Thema: Yoga!

Daher möchten wir uns an dieser Stelle sehr gerne bei all den tollen Menschen bedanken, die wir nun schon durch unsere POP UP YOGA Stunden kennen gelernt haben!

Und wir bedanken uns für das Gespräch:

Danke Gina, danke Terry!

Share this on WhatsApp (whatsapp://send?text=„Die eine kann Yoga, die andere Events.“ – POP UP YOGA München - <https://www.munichmag.de/die-eine-kann-yoga-die-andere-events-pop-up-yoga-muenchen/>)

 (<http://www.facebook.com/sharer.php?u=https://www.munichmag.de/die-eine-kann-yoga-die-andere-events-pop-up-yoga-muenchen/>)  (<http://twitter.com/share?url=https://www.munichmag.de/die-eine-kann-yoga-die-andere-events-pop-up-yoga-muenchen/&text=%E2%80%9EDie+eine+kann+Yoga%2C+die+andere+Events.%26#8222;+POP+UP+YOGA>)  ([mailto:?subject=%26#8222;Die eine kann Yoga, die andere Events.%26#8220; %26#8211; POP UP YOGA](mailto:?subject=%26#8222;Die+eine+kann+Yoga,+die+andere+Events.%26#8220;+%26#8211;POP+UP+YOGA))

München&body=%20https://www.munichmag.de/die-eine-kann-yoga-die-andere-events-pop-up-yoga-muenchen/)

[Zurück zur Startseite \(https://www.munichmag.de\)](https://www.munichmag.de)

WAS HEUTE NOCH SO LOS IST



Fantasy Filmfest 2016 München

Cinemaxx Isartor // 11:00

[\(https://www.munichmag.de/fantasy-filmfest-2016-muenchen/\)](https://www.munichmag.de/fantasy-filmfest-2016-muenchen/)



Mädelsabend: Ein ganzes halbes Jahr | Kino, Mond & Sterne

Kino, Mond & Sterne // 19:30, Filmbeginn 21:00

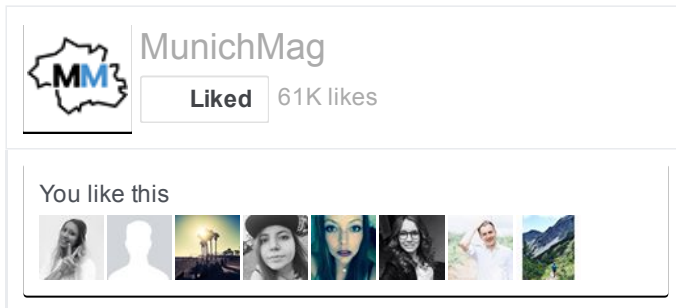
[\(https://www.munichmag.de/maedelsabend-ein-ganzes-halbes-jahr-kino-mond-sterne/\)](https://www.munichmag.de/maedelsabend-ein-ganzes-halbes-jahr-kino-mond-sterne/)



Buchpräsentation: Blumentopf 1992–2016

Ampere // 20:00

[\(https://www.munichmag.de/buchpraesentation-blumentopf-1992-2016/\)](https://www.munichmag.de/buchpraesentation-blumentopf-1992-2016/)



© 2016 MunichMag (<https://www.munichmag.de>)

Veranstaltung vorschlagen (<https://www.munichmag.de/veranstaltung-vorschlagen/>)

Spendier uns ein Bier (<https://www.munichmag.de/spendier-uns-bier/>)

Datenschutz (<https://www.munichmag.de/datenschutz/>)

Impressum (<https://www.munichmag.de/impressum/>)

Kontakt (<https://www.munichmag.de/kontakt/>)

Mediadaten (<https://www.munichmag.de/mediadaten/>)



(<http://www.bloggerrelationskodex.de>)