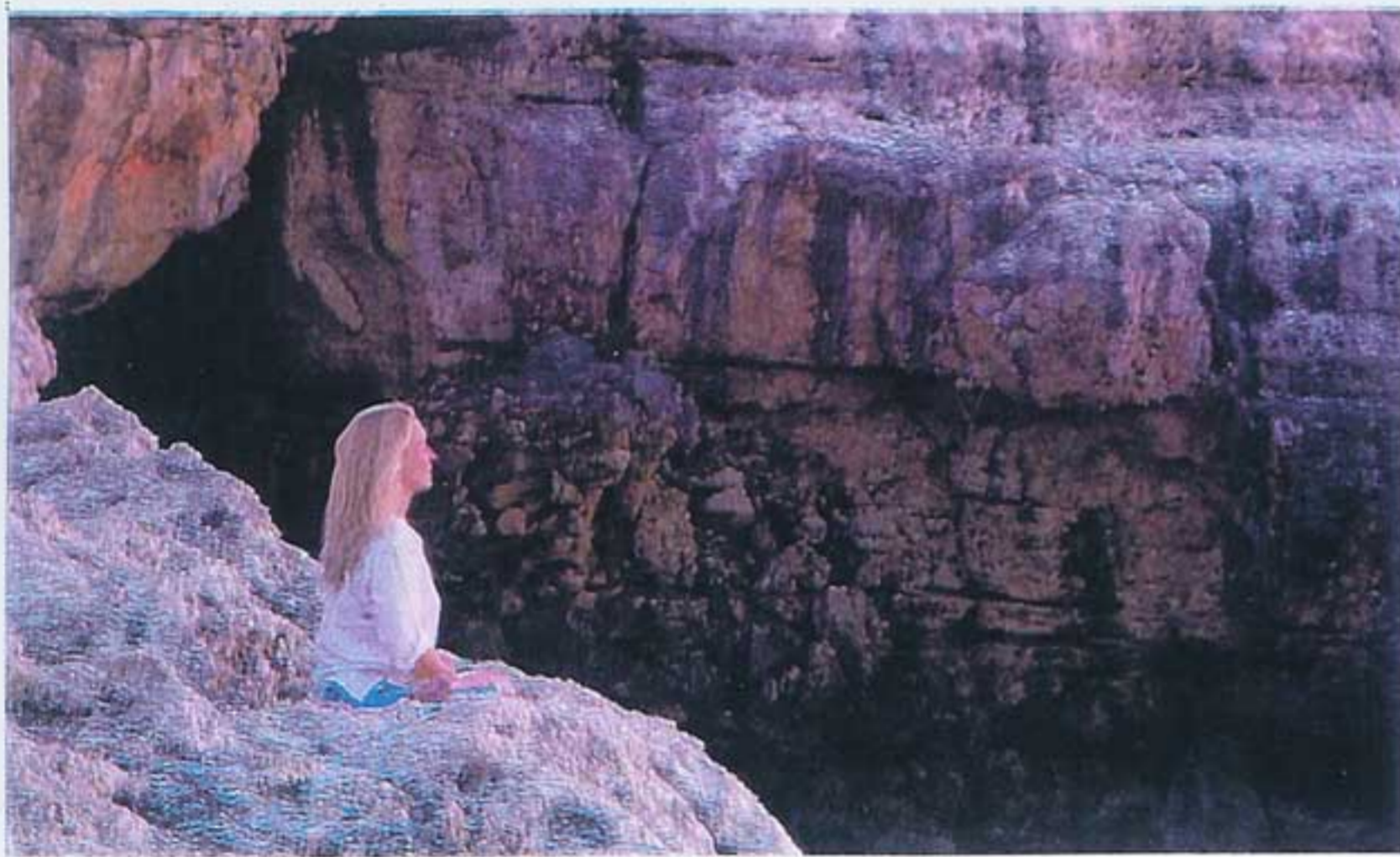




## O O O O H H H M M M A U F K R E T A

Die Leiter des Münchner Jivamukti Yoga Center, Gabriela Bozic und Patrick Broome, halten im nördlichen Teil der Insel mit ihren Schülern die Luft an.



**Warum haben Sie sich für Kreta entschieden?**

**PATRICK BROOME:** Mein Freund Petros ist auf Kreta aufgewachsen, kennt schöne Strände, gute Lokale – und er ist Reiseveranstalter, und ihm gehört ein riesengroßes Stück Land in der Nähe von Rethymnon. Dort konnten wir zwischen schattigen Olivenbäumen einen offenen Übungsraum aus Bambus bauen. Ich möchte, dass sich auch Leute Yoga-Ferien leisten können, die wenig Geld haben. Mit den Voraussetzungen auf Kreta geht dies gut. Braucht man Yoga-Erfahrung, um an Ihren Kursen teilzunehmen? Mitkommen kann jeder, auch Anfänger. Yoga-Ferien werden

immer beliebter. Beim ersten Workshop nahmen zehn Leute teil, im letzten Oktober waren es 38. Wir wohnen in Ferienhäusern, die für vier bis zwölf Personen konzipiert sind. Etliche Begeisterte kommen jedes Jahr mit, die ziehen meist auch zusammen. Gab's schon mal Ärger? Aus Erfahrung weiß man: Am dritten Abend gibt es immer einen Aufstand. Einige beklagen sich, dass die Meditation zu lang ist, andere wollen weniger singen, die nächsten mehr üben. Wir hören uns das an, ändern aber nichts. Am nächsten Morgen sind alle wieder zufrieden und machen das Programm wie vorgesehen mit – und sind glücklich.

**Wie gestaltet sich der Tagesablauf?**

Morgens eine halbstündige Meditation, dann zwei Stunden fließend-dynamisches Jivamukti-Yoga. Im Abendworkshop setze ich Schwerpunkte, dann werden zum Beispiel vor allem Balanceübungen gemacht. Der übrige Tag steht zur freien Verfügung. Meist fahren wir zusammen ans Meer. Wer Nightlife will, findet in



Rethymnon Restaurants und Clubs. Aber die meisten gehen früh schlafen.

**Was kennzeichnet perfekte Yoga-Plätze?**

Ein Yoga-Retreat soll ein Zufluchtsort für Körper und Seele sein, eine Pause vom Alltag, ein Atemholen vom Stress. Dazu gehört eine schöne Landschaft. Eine warme Außentemperatur hilft sehr, den inneren Reinigungsprozess zu verstärken.

**Haben Sie neben Kreta noch andere Ziele im Blick?**

Die Toskana würde mich reizen, mal sehen. Wir haben im vorletzten Jahr auch Yoga-Ferien auf Ibiza angeboten, in einer Villa von Freunden. Es hat viel geregnet, was der Stimmung aber keinen Abbruch tat. Der Platz steht im nächsten Jahr leider nicht mehr zur Verfügung, aber ich suche nach einem neuen. Der einzige Nachteil von Ibiza: Es gibt so viel Unterhaltung, dass einige Leute morgens nicht zur Meditation erscheinen.

INTERVIEW: A. LEPPERHOFF

JIVAMUKTI YOGA CENTER  
Schellingstraße 63  
80799 München  
Tel. 089-54 80 69 94  
[www.jivamuktityoga.de](http://www.jivamuktityoga.de)  
Eine Woche inkl. Flug,  
Mietwagen, Unterkunft in  
Ferienhäusern, aller  
Mahlzeiten und Yoga 799 €.