



Dicht gedrängt standen die Sänger im Zelt und auch draußen.

FOTO: FLORIAN KLEINSCHMIDT/BESTPIXELS.DE

500 singen für einen guten Zweck

Der Drogeriemarkt dm spendet 15 000 Euro.

Braunschweig. Einige hundert Menschen haben am Sonntag neben der VW-Halle gemeinsam das Lied „The lion sleeps tonight“ gesungen, darunter viele Kinder. Sie sind damit einem Aufruf der Drogeriemarkt-Kette dm gefolgt. Das Unternehmen hatte anlässlich seines 15-jährigen Jubiläums angekündigt, für einen guten Zweck 15 000 Euro zu spenden, wenn 500 Sänger zusammenkommen.

Durchgezählt hat zwar keiner, aber alle waren sich einig: Es müssen 500 sein. Das Geld geht nun zu gleichen Teilen an die Eintracht-Braunschweig-Stiftung, die Bürgerstiftung und die Nachwuchsförderung der SG Braunschweig. cos

Sehen Sie mehr!
Ein Video finden Sie im Internet unter:
braunschweiger-zeitung.de

Beim Frühstück mit Nachbarn sprudeln die Ideen fürs Quartier

200 Gäste ließen es sich am Sonntag auf dem Magnikirchplatz schmecken.

Von Cornelia Steiner

Braunschweig. Gute Ideen und gute Beziehungen brauchen eine ordentliche Grundlage – zum Beispiel Honigbrötchen, Kaffee und Obstsalat im Sonnenschein auf dem Magnikirchplatz. Zum neunten Mal hatten deshalb die Bürgerschaft und die Werbegemeinschaft im Magniviertel sowie die evangelische Magni-Gemeinde zum Nachbarschaftsfrühstück eingeladen.

200 Gäste kamen am Sonntag – mit Geschirr, Besteck und Leckereien. Für Brötchen, Brot, Butter, Kaffee und jazzige Melodien vom Saxophonisten Vlado Bystrov war vor Ort gesorgt. Und so ließ es sich bestens schmecken und überlegen, wie das Magniviertel noch schöner werden kann.

Magni-Pastor Hennig Böger betonte in seiner kurzen Andacht den Wert von Nachbarschaft: „Kein Mensch ist so reich, dass er auf seine Nachbarn ganz verzichten könnte.“ Zwar könnten Nachbarn mitunter nervig sein, aber man erfahre von ihnen auch Unterstützung und Solidarität. „Deswegen ist es gut, dass wir uns hier treffen und austauschen“, sagte er.

Mit Blick auf die weitere Entwicklung des Viertels sei es wichtig, auch jene Menschen einzubeziehen, die weggezogen sind oder die eine starke Bindung zum Viertel haben, oh-



Die Gäste hatten sich allerlei Leckerer mitgebracht.

FOTO: FLORIAN KLEINSCHMIDT/BESTPIXELS.DE

ne dort zu wohnen. „Wir wollen nicht im eigenen Saft schmoren, sondern auch Ideen von draußen aufnehmen.“ Er wünscht sich, dass die Mitgliederzahl der Bürgerschaft im nächsten Jahr von derzeit 86 auf mindestens 100 steigt und hofft dabei auf eben jene „auswärtigen“

Magniviertel-Fans. Was Böger besonders begeistert, ist die Zusammenarbeit im Viertel: So soll in diesem Jahr beispielsweise zum dritten Mal die Aktion „Magni macht das Licht an“ stattfinden – mit Adventsmarkt auf dem Kirchplatz. „Da ziehen alle an einem Strang“, so Böger.

„Und die Weihnachtsbeleuchtung ist komplett spendenfinanziert – 15 000 Euro.“ Was neben vielen anderen Dingen auch noch anstehe, sei die Wiederbelebung des Kunsthandwerkermarktes, sagte er. „Es gibt viel zu tun für unser Dorf in der Stadt.“

Sonderbusse zum Spiel gegen Zwickau

Auch zusätzliche Trams sind im Einsatz.

Braunschweig. Um 19 Uhr ist morgen Anstoß an der Hamburger Straße: Eintracht tritt gegen den FSV Zwickau an. Die Verkehrs-GmbH setzt wieder zusätzliche Busse und Bahnen ein. Ab 16.41 Uhr fahren die Einsatzbahnen vom Hauptbahnhof im Wechsel mit der Tramlinie 1 in kurzen Abständen zum Stadion. Aus dem Norden fahren Einsatzbahnen ab Haltestelle Heideblick im Wechsel mit der Tramlinie 1 ab 17.16 Uhr in kurzen Abständen zum Stadion.

Buslinien 429, 414 und 424

Sonderfahrten gibt es auf der Buslinie 429 um 17.33 und 17.48 Uhr ab Haltestelle Helenenstraße über Rudolfplatz und die Haltestelle Hamburger Straße zum Stadion. Der Einsatzwagen der Buslinie 414 zum Stadion fährt um 18.16 Uhr ab Veltenhof, Haltestelle Waller Weg. Der Einsatzwagen der 424 fährt um 17.27 Uhr ab Essenrode, Haltestelle von Hardenberg Straße zum Stadion.

Nach Spielende stehen Sonderbahnen für Fahrten in den Norden nach Wenden, zum Hauptbahnhof, in die Innenstadt und in die Stadtteile bereit. Fahrgäste mit dem Ziel Broitzem und Weststadt bittet die Verkehrs-GmbH, die entsprechend ausgeschilderten Bahnen zu nutzen, die am Rathaus Übergang zu Einsatzwagen der SEV-Busse haben.

flirt38.de
Verlieben in der Region



[LASS ROSEN SPRECHEN]

JETZT KOSTENLOS ANMELDEN UND 1 MONAT GRATIS PREMIUM-MITGLIEDSCHAFT SICHERN.

IHR GUTSCHEIN-CODE: **LASS-ROSEN-SPRECHEN**

AUCH FÜR IHR **SMARTPHONE.**

„Yoga ist viel mehr, als nur seinen Körper zu verbiegen“

Beim Yoga-Festival in der Brunsviga probieren die Teilnehmer vom Hatha-Yoga bis zur Zen-Mediation verschiedenste Richtungen aus.

Von Cornelia Steiner

Braunschweig. Ein bisschen verbiegen, das Bein hinter den Kopf, fertig ist die Yoga-Übung? Ganz so einfach ist es nicht, meint Martin Giefers. Der 48-Jährige hat am Samstag der erste Braunschweiger Yoga-Festival organisiert. Rund 30 Yoga-Lehrer aus Braunschweig, Gifhorn, Peine und Wolfenbüttel boten in der Brunsviga mehr als 40 Kurse und Vorträge an. Die Teilnehmer hatten die Auswahl zwischen Hatha-Yoga, Ashtanga-Yoga, Yin-Yoga, Kundalini-Yoga, Meditation und vielem mehr.

Mit dem Festival wolle er Yoga noch präsenter machen und verdeutlichen, wie vielfältig es ist, erläuterte Giefers. „Es gibt die philosophische Ebene, das Meditative, das Körperbetonte.“ Er hat selbst eine vierjährige Ausbildung zum Yogalehrer absolviert, ist aber hauptberuflich beim Netzbetreiber Avacon beschäftigt.

Probleme mit der Bandscheibe hatten vor einigen Jahren dazu geführt, dass Giefers mit Yoga in Verbindung kam – und dann habe es ihn nicht mehr losgelassen, erzählt er. „Beim Yoga geht es darum, ein Gleichgewicht herzustellen, eine Einheit von Atem, Körper und Geist, so dass man mit sich und der Umwelt im Reinen ist, dass man glücklich ist“, so Giefers. „Yoga stammt aus Indien. Der Ursprung war vor ungefähr 4000 Jahren die Meditation – das haben damals nur Männer praktiziert. Die merkten irgendwann, dass sie besser ins Meditieren kommen, wenn sie bestimmte Bewegungen ausführen. Später

ist das Ganze dann in den Westen gekommen, und hierzulande sind es überwiegend Frauen, die sich für Yoga interessieren.“

Aus seiner Sicht hat Yoga eine immense präventive Wirkung, die immer mehr an Bedeutung gewinnen werde. Das sieht auch Bernd Bachmeier so – er hat in den 80er Jahren die Braunschweiger Yoga-Schule gegründet und beteiligte sich jetzt beim Yoga-Festival. „Die Krankenkassen haben schon erkannt, dass durch Yoga viele Gesundheitsrisiken minimiert werden können“, sagt Bachmeier. „Präventionskurse werden zum Teil zu hundert Prozent anerkannt. Das war vor etlichen Jahren noch undenkbar. Und es wird weitergehen: Yoga wird stärker in die Gesundheitsprogramme von Betrieben integriert werden. In

rund 20 bis 30 Jahren wird es keinen großen Betrieb mehr ohne festangestellten Yogalehrer geben. Auch in den Schulen wird sich Yoga etablieren.“ Bachmeier sieht Yoga sogar als Chance für die Kirchen: „Sie müssen sich angesichts des Mitglieder-rückgangs ja etwas einfallen lassen“, sagt er. Ein mögliches neues Angebot sei zum Beispiel das Mantra-Singen.

„Es geht jetzt erst richtig los mit Yoga“, so Bachmeier. „Die Welt wird immer verrückter, schneller – wir brauchen mehr Mitmenschlichkeit, mehr Achtsamkeit. Und das Tolle am Yoga ist, dass jeder mitmachen kann.“

Bei einer Tombola während des Festivals wurden Spenden für die Kroschke-Kinderstiftung gesammelt: 666 Euro kamen zusammen.



Lars Winter (von links), Irene Merbitz-Flentje und Roland Behnke zeigen den „herabschauenden Hund“. Bei dieser Übung wird der Rücken gedehnt und das Gehirn gut durchblutet, die Organe können entspannen. Im Hintergrund steht Organisator Martin Giefers. FOTO: FLORIAN KLEINSCHMIDT/BESTPIXELS.DE