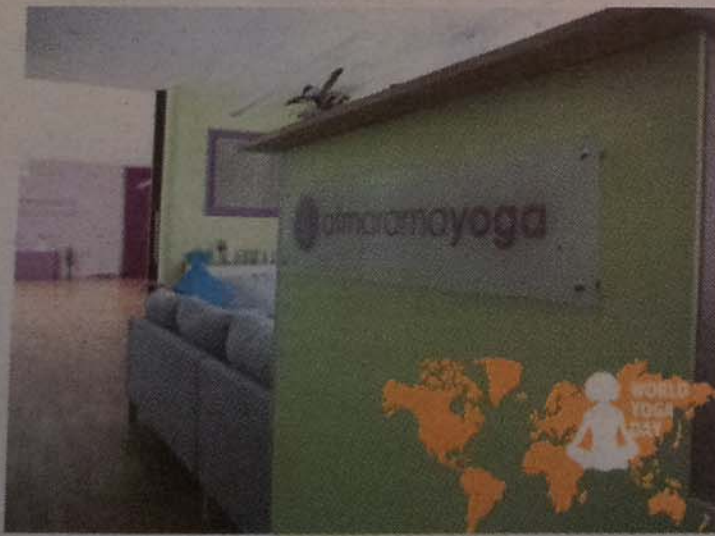


# Yoga machen und Gutes tun

**Im Yoga geht es darum, zu lernen, mit sich selbst und seiner Umwelt in Harmonie und Frieden zu leben, füreinander einzustehen und gemeinsam daran zu arbeiten, den gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Entwicklungen eine positive Richtung zu geben. Was wäre da besser geeignet, als gelegentlich auch Yogaklassen für einen guten Zweck zu organisieren und Anderen, die weniger haben als wir selbst, etwas von uns zu geben.**



Der World Yoga Day ist ein weltweiter Yoga-Spendenmarathon, der im Jahr 2007 zum ersten Mal stattfand. Die Idee ist einfach: weltweit finden Yogaklassen von exakt 11 Uhr bis 13 Uhr in der jeweiligen Ortszeit statt. So ergibt sich ein 24 Stunden Yogamarathon rund um den gesamten Globus. Sämtliche

stattfindenden Events werden vollständig auf Spendenbasis angeboten. Als Empfänger der Spendengelder wird von den Organisatoren des World Yoga Day jedes Jahr ein neues Projekt ausgewählt - im Jahr 2013 gehen die Spenden an FIAN International, einer Organisation, die sich gegen den weltweiten Hunger einsetzt. In den letzten Jahren konnten auf diese Weise Spendengelder im Wert von über 100'000 Euro gesammelt werden.

Im Jahr 2013 nimmt erstmals auch ein Yogastudio aus Aarau – atmarama yoga - an der Aktion teil. Das Team des modernen Studios mit grossem Wohlfühlfaktor freut sich auf viele Teilnehmende, die einen Beitrag leisten möchten. Dabei ist es nicht wichtig, ob und wie viel jemand spenden kann und möchte, sondern allein schon der positive Gedanke beim Mitmachen zählt. Die von 11.00 - 13.00 Uhr angebotene Yogaklasse findet bei atmarama yoga in der Kasinostrasse 19, 1. Stock, statt und eignet sich für alle - egal ob mit oder ohne Yogaerfahrung. Es stehen der Spass und der gute Zweck im Vordergrund! Nähere Informationen gibt es unter [www.atmarama-yoga.ch](http://www.atmarama-yoga.ch) oder unter [www.worldyogaday.net](http://www.worldyogaday.net).