

Kontakt:

Diana Enders, Leitung Leben & Genießen und Teamleitung Berlin

kick.management GmbH, Kantstraße 149, 10623 Berlin

Tel.: +49 (0) 30 68079412-25, Fax.: +49 (0) 3068079412-99

diana.enders@kick-management.de, www.kick-management.de

Ricardia Bramley

Hatha Yogalehrerin, Expertin für Männeryoga, Erfinderin der YUNGsYOGA

Vita

Wenn echte Kerle mit viel Humor und Einsatzkraft Yoga machen, ist sie nicht weit. Ricardia Bramley ist ausgebildete Hatha Yogalehrerin und hat sich auf den Bereich „Männer“ spezialisiert. Warum nur Männer? Das ist für Ricardia ganz leicht zu beantworten: Männer sehen Yoga oft eher skeptisch, „ist doch nur für Mädchen und Frauenversteher!“ Sie sind neugierig, möchten aber nicht gleich mit Armeen von ultra-gelenkigen Yoga-Profis praktizieren. Ricardia gründete YUNGsYOGA (eine Reihe spezialisiert auf Männer-Yoga). Desweiteren ist es Ricardia sehr wichtig, auch bei Herausforderungen die Leichtigkeit beizubehalten: „Wer beim Yoga nie lacht, macht was falsch.“

