



När värmen kom blomstrade intresset. **Maria Cerboni**, som varit i Sverige över sommaren svarar på tre frågor om SUP-yoga.

Solen styr SUP-intresset

Text: Mikael J Nyberg

1. Du har varit i Sverige över sommaren och hållit i utbildningar inom SUP-yoga. Hur har det gått?

– Det har gått bra och intresset i år har mer än fördubblats och något som är underbart är att intresset bland personer som är runt 50-60 år nu provar och inte är rädda.

2. En del av sommaren regnade bort. Märktes ölet på intresset?

– Ja, vädret spelar in mycket. Så fort det är bra väder blir jag överbokad

men vid regn så blir det svårt. Vädret har även varit så dåligt så jag har blivit tvungen att ställa in vid tillfällen.

3. Något speciellt SUP-minne från sommaren som gått som du vill dela med dig av?

– Att avsluta passen med andning och meditation mitt inne i centrala Göteborg där människor springer på gatorna, bussar kör och det är mycket liv. Att se hur folk verkligen försvinner, liksom svävar bort och verkligen ka ta hjälp av andningen för att stressa ner.

Maria Cerboni utför kobran på bräda.

FOTO: ANNELIE POMPE



Teckna
prenumeration
redan nu!
yogafordig.nu