

Tut gut

Der Rotaract Club Zürich ging es am letzten Septembertag entspannt an: Geboten wurde eine Yoga-Schnupperlektion.

Yoga ist eine indische philosophische Lehre, die eine Reihe geistiger und körperlicher Übungen und/oder Askese umfasst. Das Sanskrit-Wort «Yoga» bedeutet «Vereinigung» und drückt ein harmonisches



Zusammenspiel von Körper und Geist in allen Aspekten des Lebens aus. Ursprünglich ist Yoga ein spiritueller Weg, bei dem es vor allem um Erleuchtung durch Meditation geht. Heute wird Yoga meistens unabhängig von religiösen Überzeugungen wegen den vielen positiven Auswirkungen praktiziert und gelehrt.

Den interessierten Rotaractern wurden neben Atemtechniken auch Übungen gezeigt, die durch ihre Kniffligkeit sowohl dem Körper als auch dem Kopf einiges abverlangen. Was bei der Kursleiterin Birgit Stoll noch so einfach aussah, gestaltete sich unerwartet schweiss-treibend.

Am Ende aber zufrieden und ausgeglichen, genossen die Rotaracter anschliessend ein stärkendes Abendessen.

10. President's Meeting

Treffen, lernen und erleben

Am 4. Oktober fand das 10. President's Meeting von Rotaract Schweiz statt. Dieses zwei Mal jährlich stattfindende Treffen ist vor allem für die aktuellen und zukünftigen Präsidenten der Rotaract Clubs der gesamten Schweiz und Liechtensteins gedacht, es dürfen jeder-

In den Workshops in unterschiedlicher Zusammensetzung diskutierte man zum einen die Frage, wie das nationale Sozialprojekt ShelterBox (vgl. Artikel im Rotary Magazin September 08) in das Clubleben integriert werden kann, zum anderen die Anliegen im jeweiligen Distrikt.



Viel zu lernen gab's im Anschluss an das Präsidententreffen auch in der Masoala-Halle des Zoo Zürich. Wer das Pantherchamäleon entdecken wollte, brauchte einen scharfen Blick und viel Geduld. Sie sind auch im Regenwald schwer zu finden. Foto: Samuel Furrer / Zoo Zürich.

zeit aber auch weitere interessierte Mitglieder teilnehmen.

Das Rahmenprogramm zum zehnten Meeting wurde vom Rotaract Club Zürich organisiert. Man traf sich zum offiziellen Teil in den Räumen der ETH Zürich und wurde gleich von den beiden Governors Urs Bolliger (D2000) und Urs Herzog (D1980) begrüsst. Anschliessend folgte ein Vortrag zur unheilbaren Krankheit ALS von Rot. Bettina Zimmermann.

Nach intensiven Diskussionen und regem Ideenaustausch machten sich die Rotaracter auf den Weg zum Zoo Zürich, wo eine unterhaltsame und lehrreiche Führung durch die faszinierende Welt des Masoala-Regenwaldes auf sie wartete. Beim anschliessenden Abendessen im alten Klösterli wurden dann frische Kontakte geknüpft und auch rege Ideen ausgetauscht.

Yvonne Müller