

Körper & Karma



Aus Apfel mach Leder

Wie Leder, nur besser. So beschreiben die Brüder Lucas und Claudius Knecht, die Gründer des Zürcher Start-ups Sohotree, ihre vegane, aus Äpfeln bestehende Lederalternative. Daraus fertigt das Label Handyhüllen, Portemonnaies und Schlüsselanhänger. Bald ist auch ein Rucksack im Angebot. (bes)

Ab 48 Franken, sohotree.ch

Natürlich frisch

Die Pflegeprodukte des Zürcher Labels Mido Made sind naturbelassen und werden von Hand gefertigt. So auch die Deos, die aus Bio-Kokosnussöl, Natron, Speisestärke und ätherischen Ölen bestehen und ohne Aluminium auskommen. (bes)

Ab 25 Franken
midomade.ch

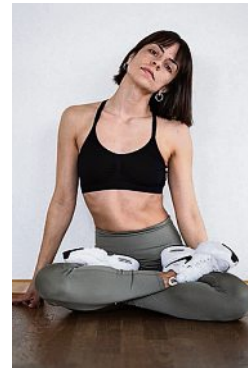


Getestet

von Jean Marc Nia

Hip-Hop Yoga Flow

Hip-Hop und ich sind Freunde. Seit 1987, als ich das erste Mal Public Enemy hörte. Yoga und ich begegneten uns einmal im Jahr 2019. Keine Liebe auf den ersten Blick. Mir gings zu schnell. Ich kapierte die Bewegungsabläufe nicht und musste frühzeitig kapitulieren. Aber ich würde Yoga gerne mögen. Vielleicht ist Hip-Hop Yoga Flow was für mich? Yoga zu Rap. Ein Angebot der Tänzerin und Yogalehrerin Selin Öksüz. Die Lektion auf Zoom soll eine Stunde dauern. Halte ich durch? Nach 30 Minuten war ich draussen. Es war nicht Öksüz' Schuld. Die anderen Teilnehmerinnen hielten mit. Aber ich nicht. Ich kann mir einfach



diese Abläufe nicht merken. Ich habs versucht. Ehrlich Hip-Hop! Wirklich Yoga! Ich schwöre. Ich möchte jedoch anmerken: Zwischen dem Rat, ein- und jetzt

wieder auszuatmen, dem N-Wort, zwischen «Noch eine Runde» und «Bitch Ass Motherfucker», zwischen Auf-den-Screen-Schauen und irgendwas mit «Baby-Cobra» (kann das sein?) musste ich feststellen, dass das Ganze jetzt auch nicht gerade für Anfänger geeignet ist. Hip-Hop, ich liebe dich, aber nicht mal du schaffst es, mir Yoga näherzubringen.

flowbyselin.com