

«Nia ist wie Toblerone-Schoggi»

Am Nia-Festival in Kloten ist Tanz und Kampfsport vereinigt worden. Carlos Rosas, Gründer von Nia, begeisterte die Gäste nicht ausnahmslos.

Barfuss und in Joggingmontur strecken Frauen und Männer insgesamt 500 Hände nach Carlos Rosas aus. Er hat in den 80er Jahren gemeinsam mit seiner Frau Debbie Nia erfunden. Rosas ist eigens für das Nia-Festival vom Sonntag, dem Zehn-Jahr-Jubiläum von Nia in der Schweiz, angereist.

Die Nia-Instruktorin aus Lindau, Myrta Schorer, hat ihre Liebe zu Nia einem deutschen Magazin zu verdanken. «Die Sportart hat mich mitten ins Herz getroffen», sagt sie. Dies sei auch der Grund gewesen, warum sie vor zehn Jahren Debbie und Carlos Rosas und somit Nia in die Schweiz geholt habe. Schorer, die seit 35 Jahren im Fitnessbereich aktiv ist und seit August 2005 den Black Belt, die höchste Ausbildungsstufe in Nia, trägt, vergleicht den Sport gerne mit Schokolade: «Nia ist wie Toblerone, man muss sie probieren, um zu wissen, wie gut es schmeckt.»

Nicht nur der Suchtfaktor, sondern auch die Form scheint vergleichbar zu sein: Nia, Neuromuskuläre integrative Aktion, wird in Dreiecken, sogenannten Triaden, aufbauend unterrichtet und trainiert die physische, mentale und emotionale Ebene gleichermassen. Nicht nur der Körper, sondern auch das Herz würden in den vier Ausbildungsstufen ge-



Myrta Schorer ist fasziniert von Nia. Sie brachte die Sportart in die Schweiz. (same)

stärkt. «Nia ist ein Fitness- und Wellnessprogramm, das ganzheitlich berührt», so Schorer. «Explosiv wie Tae Kwon Do, groovig wie Jazz, zentrierend wie Yoga.» Nia mache glücklich und entspanne und verbinde die Philosophien östlicher und westlicher Kulturen, ist auf dem Werbeflyer zu lesen.

Für einige «Too much Guru»

Neben der 41-jährigen Ann Christiansen, der ersten deutschen Nia-Trainerin, trainierte Carlos Rosas mit den Gästen. Gut zweieinhalb Stunden leitete er das Nia-Festival im Zentrum Schluefweg. In glitzerndem Oberteil predigte Rosas zu den Teilnehmern, die laut Schorer aus

über 13 Nationen stammen. Sie meditierten gemeinsam bei entspannender Musik, ehe sie sich vom Boden erhoben und ihre nackten Füße über das Parkett tanzen liessen. Beinahe ekstatisch schossen Arme in die Höhe, wurden Schreie ausgestossen, wurde alles imitiert, was der Meister vorzeigte.

Ein bisschen zu viel für die einen. «Ich kenne Nia nun schon länger, aber das ist jetzt eindeutig «too much Guru», entrüstete sich eine Besucherin, die sich vor Kursende mit Kolleginnen vor dem Schluefweg traf. Die anderen pflichteten ihr bei. Doch die Mehrheit zeigte sich begeistert und war von Rosas beeindruckt. (same)