

[Read more](#)

Meine To-Go-Heldin im Juli



Da mein Job als Online Redakteurin mich den halben Tag an den Rechner fesselt, bin ich nach Feierabend kaum noch zu halten: ICH WILL RAUS! Egal ob Feld, Wald oder See – ich brauche Luft und Raum zum Atmen. Mit zwei kleinen Jungs im Schlepptau brauche ich meine Hände zum Helfen, Halten und Wunden heilen und am liebsten gehen wir mit so wenig Gepäck wie möglich. Deswegen freue ich mich wie Bolle, dass ich diese nachhaltige Multifunktionsflasche entdeckt habe!

Die UNDA dient zum einen als großes Trinkgefäß, in dem Getränke auch mit Zutaten wie Früchten versehen und sogar Tees aufgebriht werden können. Zum anderen als Transportgefäß für Lebensmittel, wie Snacks oder Müsli oder als kleiner Safe für wichtige Gegenstände, wie zum Beispiel meinem Haustürschlüssel und ein paar Münzen, falls wir doch beim Eismann vorbeispazieren. UND: Ich kann sie ohne Probleme in die Spülmaschine packen.



[Mehr dazu](#)

Worauf ich mich im Juli freue...



... mich mit der aktuellen Yoga Journal Ausgabe gemütlich an den See zu setzen und endlich mehr über das spannende Thema "kulturelle Aneignung im Yoga" zu erfahren.

... auf Handstand am Sandstrand, Baum vor Palmen, Sonnengruß bei Sonnenaufgang ...

Endlich kann ich mit meinen Yoga-Mädels wieder im Freien üben. Wir treffen uns morgens auf der Wiese am See, atmen tief ein und genießen dieses unglaubliche Gefühl von Verbundenheit mit der Natur – aber auch ENDLICH WIEDER mit uns.



[Newsletter abbestellen](#) | [Newsletteranmeldung verwalten](#)
IMPRESSUM | DATENSCHUTZ