

Cain Carroll, Lori Kimata: Partner Yoga. Rodale 2000. (englisch).

Partner-Yoga ist mehr als nur Yoga zu zweit. Dies verdeutlicht die Einleitung dieses Buches, das in einer ansprechenden Form über diese Yoga-Form informiert. Es werden viele Übungen vorgestellt und mit großformatigen professionellen Schwarzweiß-Fotos begleitet, die von einfachen Varianten bekannter Yoga-Stellungen bis hin zu akrobatischen Elementen reichen. Auch in diesem Buch werden verschiedene Übungsreihen vorgestellt, die z.B. entweder anregenden oder entspannenden Charakter haben. Wer sich für diese Form des Yoga interessiert, wird mit diesem Buch ein lohnendes und liebenswertes Nachschlagewerk haben. Ich empfehle es gern, denn es orientiert sich u.a. auch an dem Grundsatz, den ich selbst mit meiner **Esalen**-Arbeit verfolge: „We all need to touch – and be touched“.