

# »Die Skepsis nimmt immer mehr ab«

**Patrick Broome:** Der Yoga-Coach der Fußball-Weltmeister sieht die Übungen als wichtigen Teil des sportlichen Erfolges

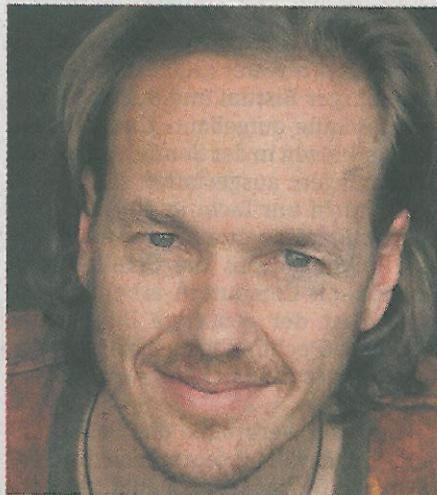
**MÜNCHEN.** Auch dank Yoga-Lehrer Patrick Broome (45) ist Deutschland zum vierten Mal Weltmeister geworden. »Es war sicherlich eines der vielen wichtigen Mosaiksteinchen, die sich zu diesem perfekten Großen und Ganzen zusammengefügt haben«, urteilt er über seine Übungen mit der Nationalmannschaft während der gemeinsamen Zeit in Brasilien. Im Interview mit Teresa Tropf von der Nachrichtenagentur dpa erzählt der 45-jährige Broome vom größten Yoga-Talent im Team und den anfänglichen Zweifeln der Fußballer an seiner Arbeit.

*Herr Broome, was hat Yoga zum Titel beigetragen?*

Es war sicherlich eines der vielen wichtigen Mosaiksteinchen, die sich zu diesem perfekten Großen und Ganzen zusammengefügt haben.

*Gab es denn auch unmittelbar vor dem Finale noch eine Yoga-Einheit?*

Es gab einen Spieler, der nach dem



Patrick Broome.

Foto: dpa

»Anschwitzen« noch ein paar yogische Dehnungen haben wollte.

*Wer ist das größte Yoga-Talent in der Nationalmannschaft?*

Wie in jeder gemischten Yoga-

Klasse finden sich einige große Fans, einige weniger Begeisterte, einige Bewegungstalente und einige eher steife Kerle unter den Fußballern. Diejenigen, die wirklich täglich dabei waren, haben dies auch in ihren Facebook-Posts und auf Twitter gezeigt.

*Wie oft wurde geübt?*

Natürlich täglich! Auf freiwilliger Basis.

*Haben auch die Spielerfrauen mitgemacht?*

Ja, nach einem Spiel haben abends auch hin und wieder mal Frauen der Spieler, Betreuer und Trainer an den Regenerationseinheiten teilgenommen.

*Wo fanden die Einheiten statt?*

Es wurde eigens von einem brasilianischen Künstler eine Holzplattform gestaltet. Sie war direkt am Strand gebaut.

*Welche Elemente beinhalteten Ihre Yoga-Einheiten in Brasilien?*

Schwerpunkt waren Dehnungen des Oberkörpers sowie der Hüften, Beine und Füße.

»Schwerpunkt waren Dehnungen des Oberkörpers sowie der Hüften.«

Patrick Broome, Yoga-Lehrer

*Sie trainieren das DFB-Team bereits seit 2006 im Yoga. Erinnern Sie sich noch an die allererste Stunde?*

Klar, ich war höllisch aufgeregt und heilfroh, dass alle mitgemacht haben und keiner weggerannt ist.

*Und inzwischen sind alle Spieler Yoga-Fans?*

Die Skepsis nimmt immer mehr ab. Für einige ist es selbstverständlich, täglich zu üben, und die anderen haben sich daran gewöhnt, dass ich ein Teil des Teams bin. Sie lassen mich dort in Ruhe meiner Arbeit nachgehen.

## Zur Person: Patrick Broome

Patrick Broome (45) ist **ausgebildeter Diplom-Psychologe** der Universität München und lebt zusammen mit seiner Frau und seinem Sohn in der bayerischen Landeshauptstadt. Im Stadtteil Schwabing

leitet der gebürtige Kulmbacher das erste deutsche Jivamukti Yoga Center. **Seit acht Jahren arbeitet er regelmäßig mit der Nationalmannschaft.** Das von Broome praktizierte Jivamukti ist eine Form des

traditionellen Yogas und wurde im Jahr 1984 in den USA entwickelt. Viele Promis schwören auf die von fließenden Bewegungen geleitete modern-hippe Yoga-Form. (dpa)