

## Presseinformation

### „Urban Yoga“ zieht ins historische Ermelerhaus – Fusun Folger unterrichtet jetzt einmal im Monat

Berlin – Während draußen am Alexanderplatz, auf der Leipziger- und Friedrichstraße das Leben pulsiert, bietet das art'otel berlin mitte mit dem historischen Ermelerhaus einen zauberhaften Rückzugsort zum Kraft tanken. Die wunderschönen und hellen Räumlichkeiten im Rokoko-Stil sind wie geschaffen für die Yogakurse, die Fusun Folger nun einmal im Monat unterrichtet. Unter Anleitung der erfahrenen Lehrerin können die Teilnehmer beim „Urban Yoga“ den Alltagsstress hinter sich lassen, ihr Leben wieder ins Lot bringen und zu sich selbst finden.

Fusun Folger ist eine Berlinerin mit türkischen Wurzeln, die bereits auf eine langjährige Yogapraxis zurückblicken kann. Sie unterrichtete mehrere Jahre in verschiedenen Studios, bevor sie sich Ende 2016 mit ihrem eigenen enso yoga studio einen Traum erfüllte. Ihre Ausbildung zur Yogalehrerin absolvierte sie bei Spirit Yoga Berlin sowie bei Cihangir Yoga in Istanbul. Ihren klar strukturierten, kraftvollen und gleichzeitig sanften Unterrichtsstil hat sie in zahlreichen Workshops mit deutschen und internationalen Lehrern wie Patricia Thielemann, Dr. Patrick Broome, Zeynep Aksoy, Gurmukh, Bryan Kest und Rusty Wells gelernt und verinnerlicht.

#### Immer am letzten Sonntag im Monat heißt es in den zauberhaften Rokoko-Salons „Urban Yoga“

Auf ihren Yogaweg gelangte sie über Umwege, wie wohl die meisten Yogalehrer. Sie ist Diplom-Kauffrau und Integral Business Coach (Coaching Center Berlin), arbeitete lange Jahre als Personalentwicklerin in Unternehmen wie Lufthansa, eBay, PayPal sowie BASF. In diesen Zeiten half ihr das Yoga eine gesunde Balance zwischen eigenen Bedürfnissen und der Arbeitswelt zu finden. Seither ist das Yoga ein unverzichtbarer Bestandteil ihres Lebens geworden.

Einmal im Monat unterrichten Fusun und ihr Team von enso yoga nun in den wunderschönen historischen Räumlichkeiten des Ermelerhauses, das zum art'otel berlin mitte gehört. Immer am letzten Sonntag des Monats zeigen sie in den Rokoko-Salons des berühmten Gebäudes Übungen, um Geist und Körper zu fördern und in Einklang zu bringen.

#### Yoga beeinflusst die Art, wie wir im Leben denken und handeln, positiv und nachhaltig

Fusun Folger: „Yoga ist nicht nur ein Ausgleich zum Beruf, sondern Yoga beeinflusst die Art, wie wir im (Arbeits-) Leben denken und handeln, positiv und nachhaltig. Die Gründung des enso yoga studios war daher auch die logische Fortführung meiner bisherigen Arbeit als Personalerin und Coach auf einer tieferen, ganzheitlichen Ebene. Ich freue mich sehr darauf, meine bisherige Erfahrung jetzt auch im art'otel berlin mitte an Andere weitergeben zu können.“

Im Anschluss an den Yogakurs wird in Kooperation mit MyMüsli ein yogischer Lunch aus verschiedenen Müslisorten, Obst und Smoothies serviert. MyMüsli hat ein spezielles Yoga-Müsli mit ayurvedischer Note zusammengestellt, das Geist und Körper hilft, in Einklang zu kommen. Es besteht aus Amaranth-, Hirse- und Quinoaflöckchen und erhält durch Hibiskusblüten, Datteln und Rote Beete



#artotel

[artotels.com](http://artotels.com)



einen ganz eigenen Geschmack. Abgerundet wird das Yoga-Müsli durch eine Gewürzmischung, die unter anderem Maca, Ingwer, Acai und Zimt enthält.

**„Urban Yoga mit Fusun Folger“ – Ermelerhaus im art’otel berlin mitte, Wallstraße 70 – 73, 10179 Berlin. Jeden letzten Sonntag im Monat von 11.00 – 13.00 Uhr.**

Die Teilnahme am exklusiven Yogakurs kostet inklusive Müsli- und Smoothie-Lunch 30 Euro pro Person. Frühbucher bezahlen nur 25 Euro bei vorheriger Anmeldung per E-Mail an [reservation@upsidedownbar.com](mailto:reservation@upsidedownbar.com).

Wem einmal Yoga im Monat nicht ausreichen sollte, dem steht das enso yoga Studio (Krausenstraße 28, 10117 Berlin) gleich um die Ecke vom art’otel berlin mitte mit seinem breiten Angebot an Yoga, Pilates Kursen sowie Massagen zur Verfügung. Die Gäste des Hotels und Teilnehmer von Urban Yoga erhalten 15% Rabatt auf den Kauf von Mehrfachkarten sowie bestimmte Massagen.

Wenn Sie mehr über die Yogakurse mit Fusun Folger, das art’otel berlin mitte oder unser Unternehmen erfahren möchten, Fotomaterial benötigen oder Rückfragen zu dieser Presseinformation haben, wenden Sie sich bitte an:

#### **PPHE Press Office**

Oliver Franke  
Berlinieros PR  
Franklinstraße 21  
10587 Berlin  
t: +49 (0) 30 3974 3665  
m: +49 (0) 163 399 80 30  
Mail: [oliver.franke@berlinieros.de](mailto:oliver.franke@berlinieros.de)

#### **Über art’otel®**

art’otel ist eine dynamische Hotelmarke, die Kunst und Leben miteinander vereint. Dank der effektiven Kombination aus Kunst von Weltrang und erstklassigem Service bieten art’otels ein Hotelenerlebnis wie kein anderes Hotel. art’otel möchte Maßstäbe für die Zukunft der Gastfreundschaft setzen, indem es seinen Gästen die Augen für neue Erfahrungen öffnet und Vorstellungen dessen, was ein Hotel ist und sein sollte, infrage stellt. Jedes art’otel ist von einem Signature Künstler inspiriert.

art’otel umfasst sechs Hotels in einigen der kulturträchtigsten Städte Europas. Zu den prägenden Künstlern der Marke zählen unter anderem Andy Warhol, Georg Baselitz, A.R. Penck und SEO.

art’otel ist eine hundertprozentige Tochtergesellschaft der PPHE Hotel Group Limited, die Luxus- und Lifestyle-Hotels mit komplettem Service in wichtigen Metropolen und regionalen Zentren, vornehmlich in Europa, besitzt, least, betreibt, konzessioniert und entwickelt. Das Portfolio der PPHE Hotel Group umfasst 40 Hotels mit einem Gesamtbestand von mehr als 9.200 Zimmern. In der Entwicklung befinden sich derzeit zwei neue Hotels, durch die das Portfolio bis Ende 2019 um weitere 500 Zimmer wächst.

Die Aktien der PPHE Hotel Group sind für den Handel an der Londoner Börse (Standard-Hauptnotierung) zugelassen.

Weitere Informationen finden Sie unter [www.artotels.com](http://www.artotels.com), [www.artotelamsterdam.com](http://www.artotelamsterdam.com) oder [www.artotellondonbattersea.com](http://www.artotellondonbattersea.com). Folgen Sie @artotel auf Twitter, auf Instagram oder liken Sie art’otel bei Facebook, um sich über die neuesten Entwicklungen bei art’otel auf dem Laufenden zu halten.

Unsere Hotelmarke:

[www.artotels.com](http://www.artotels.com)

Für Bilder und Logos besuchen Sie bitte [www.vfmii.com/parkplaza](http://www.vfmii.com/parkplaza)



#artotel  
[artotels.com](http://artotels.com)