

# Rhein-Main

FRANKFURTER ZEITUNG



„Ein Garten Eden im Nordend“: Das Café im Holzhauspark zieht Besucher zu allen Tageszeiten an. Zu Spitzenzeiten ragt die Schlange der Wartenden an der Getränkeausgabe meterlang aus dem würfelförmigen Gebäude.

Foto Jonas Wresch

Das Nordend war ja schon immer gehoben“, sagt Gregor Wirth. Der Architekt ist in dem Stadtteil aufgewachsen, heute lebt er mit seiner Frau und den beiden Kindern in der Nähe des beschaulichen Holzhausparks. Den Strukturwandel des Stadtteils hat er miterlebt: Einstmals Keimzelle der Grünen, habe das citynahe Nordend mit wachsender Attraktivität und der Wertsteigerung der Immobilien in den vergangenen Jahren noch einmal „einen großen Sprung getan“. Mit insgesamt knapp 56 000 Einwohnern im westlichen und östlichen Teil ist das Nordend nach Sachsenhausen das bevölkerungsstärkste Stadtviertel Frankfurts. Und eines von denen, die in weiten Teilen als sogenannte Bionade-Viertel gelten, wo eine besserverdienende, tendenziell linke Szene in Biosupermärkten einkauft. Und den Holzhauspark als Spielplatz nimmt.

Nach der Eröffnung des Cafés vor acht Jahren habe sich der Park zum Herzstück des Stadtteils entwickelt, sagt Wirth, während er seinen Cappuccino zuckert. „Das ist

neueren Entdeckungen zählen die Bobos (sind „bohemian und bourgeois“) und Lohas (leben den *Life-style of Health and Sustainability*). Dieser Teil der Bevölkerung gilt als wertkonservativ, aber innovativ, als gebildet, aber unangepasst, als familienorientiert, aber szenig.

Im Holzhauspark ist die Schlange vor der Theke des Cafés lang. Ein Junge quengelt, weil er glaubt, „noch tausend Jahre“ auf sein Eis warten zu müssen. Auf die beschwichtigenden Worte seiner Mutter reagiert er mit noch mehr Ungeduld. Nicht ohne Häme war in den vergangenen Jahren immer wieder von den sogenannten „Latte-macchiato-Müttern“ des Nordends zu lesen, die mit ihren Bionade schlürfenden Kindern massenweise die Cafés des Viertels bevölkerten, während ihre Männer in hoch dotierten Berufen das Geld für die geplante Großfamilie verdienen.

Christian Röhrs formuliert es freundlicher. Der Geschäftsführer des Cafés sagt, man könne vor allem am Kleidungsstil sehen, dass viele Gäste nicht eben arm seien. Wenn es das Auskommen ermögli- che, ziehe es viele Familien von außerhalb in das angesagte Viertel. Vor allem Mütter oder angestellte Kindermädchen kämen tagsüber mit Kindern ins Café, die Väter sehe man dagegen zum Großteil erst am Wochenende.

Kristina Opazo kennt eine Menge junger Frauen aus der Umgebung, doch zum Latte-macchiato-Trinken mit ihnen bleibt selten Zeit. Die Physiotherapeutin hilft Müttern, nach der Geburt wieder schlank und sportlich zu werden. Vor drei Jahren hat sie das Projekt „Fit mit Kinderwagen“ ins Leben gerufen. In ihren Kursen wird der Kinderwagen als Sportgerät in ein Trainingsprogramm integriert. Mit bis zu zehn Frauen wagt Opazo regelmäßig durch den Holzhauspark und zeigt ihnen beim Workout am Wagen, wie beweglich sie trotz Kinderwagen bleiben können. Dafür sorgt die Kombination aus Yoga und Pilates, die den ganzen Körper stärken soll.

Von Freundinnen mit Säuglingen hatte Opazo immer wieder gehört, dass sie sich beim Sport im Studio nur schwer entspannen kön-

## Die Bohos und die Lach-Yogis

Immer mehr Gutverdiener wollen dort wohnen: Das Frankfurter Nordend steht für urbane Lebensart. Ein Treffpunkt des Viertels ist der Holzhauspark. Ein Besuch. *Von Constanze Ehrhardt*

nen. Statt „jetzt mal nur etwas für mich“ zu genießen, müssten viele ihre Aerobic-Einheit unterbrechen, sobald die Kinderbetreuung sie zu ihren schreienden Babys rufe. Mit ihrer Idee hat die Einundvierzigjährige, die Müttern auch Personal-Training anbietet, einen Nerv getroffen. Anfangs leitete Opazo ihre Firma alleine, heute bietet sie mit sechs angestellten

Lehrerinnen täglich Kurse an verschiedenen Orten des Rhein-Main-Gebietes an. „Leichtigkeit und gute Laune“ wolle sie den jungen Müttern vor allem vermitteln. Viele sehnten sich neben der Arbeit mit dem Nachwuchs nach einer Auszeit. Der Sport in der Gruppe Gleichgesinnter helfe, Energie zu tanken. Das Gruppengefühl hat auch Sabine Schüler be-

geistert. Sie war schon bei Opazo, als ihr Sohn Julius noch im Kinderwagen lag. In diesem Jahr trainiert die Neununddreißigjährige mit ihrer Tochter Ella im Grünen, um ihr „gutes Körpergefühl zurückzubekommen“. Zwar wollten die Teilnehmerinnen Mütter sein, sagt die Gynäkologin. „Sie wollen aber auch die Gleiche bleiben wie vor der Geburt.“ Vorher waren viele

„erfolgreich und auch irgendwie mächtig – da will man eben wieder hin“. Ihr Mann unterstütze sie, dieselbe zu bleiben, sagt Schüler. „Dazu gehört aber auch die Figur.“

Um schweißtreibenden Sport geht es beim Training mit Brigitte Kottwitz nicht. Auch sie kommt mit ihrer Gruppe jede Woche in den Holzhauspark, doch das Workout beansprucht allenfalls die Lachmuskulatur. Die Gründerin des Vereins Frankfurter Lachclub kichert, jöhlt und prustet mit ihren Teilnehmern aus Überzeugung. Das Lach-Yoga soll einen Beitrag zum Wohlbefinden leisten. „Nach einem anstrengenden Tag ist das einfach die beste Therapie“ sagt eine Neurobiologin, die in der Nähe wohnt und regelmäßig mitlacht.

„Wir nehmen jetzt einfach mal die Geräusche um uns herum wahr“, sagt Kottwitz zu Beginn der Stunde. Die gut fünfzehn im Kreis stehenden Männer und Frauen schließen die Augen, und eine Minute lang ruht die Aufmerksamkeit auf der Gesprächskulisse der Picknicker, dem Rauschen der Fontäne im Weiher vor dem Holzhausenschlösschen und dem Geschrei der fußballspielenden Kinder auf dem Rasen.

Nach der kurzen Besinnung dauert es keine zehn Sekunden, bis die ersten Teilnehmer anfangen zu schmunzeln. Schon nach kurzer Zeit wirken manche wie beschwippt von dem „Gickelwasser“, das die Leiterin ihnen pantomimisch verabreicht. Bald biegen sich viele mit Kottwitz vor Lachen und klatschen sich mit den Handflächen auf die Knie. Eine Stunde lang spielen die Erwachsenen zwischen 35 und 70 Jahren wie die Kleinkinder, kitzeln sich gegenseitig, tanzen und juchzen.

Viele Parkbesucher kennen die Gruppe bereits. Andere sehen die „Lach-Yogis“ offenbar zum ersten Mal und wissen wenig mit der Szene anzufangen, die sich ihnen an einem Sommertag mitten auf der Wiese bietet. Während Kottwitz ihren Kurs dazu aufruft, die „Lachzellen“ zu lockern und alles ringsum zu vergessen, schaut ein junger Mann wie gebannt zu, nippt an seinem Kaffee und schüttelt immer

wieder langsam den Kopf. „Wir sind keine Clowns“, sagt die Leiterin nach der Stunde. Das anfängliche Schamgefühl verschwinde schon nach ein paar Minuten. Danach merke man gar nicht mehr, dass man sich in einem vollen Park ohne konkreten Anlass den Bauch vor Lachen halte. Wer ein neues Lebensgefühl kennenlernen wolle, könne einfach mitmachen. „Dann merkt der schon, wie toll wir sind.“ Einigen Teilnehmern habe der Kurs bereits den Weg aus einer Lebenskrise gewiesen. Eine Frau habe sich durch die gezielte Freude nach schwerer Krankheit schneller erholt. „Dem Körper ist es egal, ob Lachen als Reflex geschieht oder ob es künstlich erzeugt wird.“

**Die Stadt will, dass das Grün geschont wird. Mütter lassen ihre Söhne kicken.**

Vor dem Café sitzt Anne Weiß bei griechischem Joghurt im Liegestuhl in der Abendsonne, während ihr Sohn Moritz auf dem Rasen mit seinen Spielgefährten um die Wette kickt. Das Fußballspielen im Holzhauspark ist ein andauerndes Politikum: Die Stadt fürchtet um das schon mehrfach erneuerte Grün, die Eltern fordern freie Bahn für ihre spielenden Kinder.

Der Park sei zwar ein „Garten Eden in der Innenstadt“, sagt die Physikerin, derzeit seien sie und andere Stammbesucher jedoch beunruhigt. Nachdem unlängst in der Nähe des Spielplatzes unvermittelt eine von einem Pilz befallene Buche umgestürzt war, seien bei ihr und befreundeten Müttern „die Alarmglocken angegangen“. In der vergangenen Woche fiel zudem eine Baumkrone in den Schlossweiher. Zehn weitere Bäume wurden nach dem Vorfall gefällt, einige kommen noch dazu. Obwohl niemand zu Schaden gekommen ist, sorgt sich Weiß um die Sicherheit im Park. Und um sein Fortbestehen: „Ohne den Park wäre das Leben hier nicht das gleiche.“

**Erwachsene zwischen 35 und 70 Jahren spielen und juchzen wie die Kleinkinder.**

hier so etwas wie der Treffpunkt einer jungen Upper Class.“ Der Dreißigjährige nickt in Richtung der Nebentische auf der Terrasse, wo sich an diesem Vormittag neben ein paar Rentnern vor allem Gruppen junger Frauen zum Kaffee getroffen haben. Fast alle tragen große Sonnenbrillen und bunte Sommerkleider, manche haben ihre Babys oder Kleinkinder auf dem Schoß. Neben einem Tisch stehen drei große Kinderwagen des gleichen Modells.

Die professionelle Trendforschung hat auf der Suche nach einer zeitdiagnostischen Bestimmung des Lebensstils von Großstädtern viele Phänomene definiert und Namen für die gefunden, die sie verkörpern. Zu den



Ungezwungen: Der Lachclub in Aktion



Unverfüglich: Mit Nachwuchs gegen Babyspeck



Unbeschwert: Fitnesstraining unter Müttern Foto: Roeth



### EIN AUSSTIEG

Jehovas Zeugen mögen nicht, wenn einer die Gemeinschaft nicht mehr mag, Seite 2

### VIELE KLEIDER

In der Brautmode geht es nur um eine Farbe. Die Szene ist trotzdem bunt, Seite 4



Leute der Woche 2  
Geschmacksache 4  
KulturTipp 7  
Veranstaltungen 6/7  
Sport 8