



David Meijer:

## ‘Mensen komen hier om te ontstressen of gezonder te leven’

David Meijer en Saskia Maas begonnen anderhalf jaar geleden een yogaschool in de Van Ostadestraat in de Amsterdamse Pijp. Buurtbewoners lopen er inmiddels in en uit. *De Lijfschool* als ontmoetingsplek.

**E**en yogaschool: hoe kwamen jullie op het idee? David: ‘Wij zijn beiden opgeleid als Mensendieck-therapeut en geven al yogales sinds onze studietijd. Zelf heb ik ook achttien jaar karateles gegeven. Een paar jaar geleden wilden we het professioneler aanpakken. Tot dan toe hadden we een kleine studio in een studentenflat, hanteerden we heel lage tarieven en hadden er een baan naast. Nu gaan we honderd procent voor onze yogaschool. We zijn inmiddels vijf ochtenden en vijf avonden per week geopend.’

**Wat is het leuke van yoga?** ‘Wij zien de mensen sterker worden, leniger. Ze krijgen vaak meer inzicht in hun leven en maken daardoor betere beslissingen. Veel mensen komen hier met een doel: het verminderen van stress of gezonder leven. Yoga zien ze als belangrijk onderdeel daarvan.’

**Wie zijn jullie klanten?** ‘De meeste mensen komen uit de Pijp. Veel uit deze straat! En ik zie nogal wat ondernemers die ik al vaker had zien langsrijden onder werktijd. Wat ik merk en hoor is dat mensen elkaar ook buiten de yogales op straat ontmoeten. Laatst nog, in een buurtrestaurant, leidde dat tot een warm welkom van een van onze leden. Een studente die hier bij de thee met iemand aan de praat raakte, heeft er nu een oppasadres bij.’

**Wat is de Pijp eigenlijk voor wijk?** ‘Ik ben hier geboren. Ik ken de buurt, al is ie de laatste dertig jaar enorm veranderd. Vroeger was de Van Woustraat helemaal niet leuk en nu begint het echt gezellig te worden met al die restaurantjes. Er zijn veel jonge mensen komen wonen. En het winkelbestand is hier nog steeds heel divers. Ketenzaken zie je nauwelijks. Het leukste van de Pijp is dat het een wijk

is met geschiedenis. Als ik alleen al denk aan ons pand: welke bedrijfjes hebben hier allemaal al niet gezeten?’

**Hoe zie je zelf de rol van jullie bedrijf, De Lijfschool?** ‘Als ontmoetingsplek, waar mensen van verschillende leeftijden elkaar leren kennen en langer komen. Van twintigers tot zestigers, in onze lessen werkt iedereen samen. En daaruit ontstaan, in de kleedkamer en in onze tearoom, allerlei leuke gesprekken. In deze buurt met verschillende bevolkingsgroepen voelen mensen zich bij ons thuis. Vóór in ons pand hebben we bewust een plek gecreëerd waar je nog even bij of na kunt praten, iets kunt drinken. We hopen dat dat nog veel meer een ritueel gaat worden.’

Heeft u als huurder van een winkelruimte van Eigen Haard ook een inspirerend verhaal en wilt u graag (gratis) in deze rubriek? Reageer dan via (020) 6 801 801 en vraag naar Liesbeth Draaijer, afdeling Communicatie of mail naar [l.draaijer@eigenhaard.nl](mailto:l.draaijer@eigenhaard.nl)