Yoga –gaajhkesidie!

Austgard: Gaajhkesh mah maehtieh voejngehtidh maehtieh Yoga’m darjodh, Anne Grete Granamo jeahta. Dïhte datnem buerie båeteme vaajtele Yoga-sjaljose, mejtie datne easkah daelie aalkah, jallh ånnetji Yoga’m aarebi dorjeme.

Anne Grete varke ööhpehtimmiem yogalohkehtæjjine illie, jïh sæjhta maaje datnem learoehkinie utnedh. Dïhte gellie kuvsjh höölteme, men daelie eah jienebh kuvsjh sjïdth eannan tjaktjese. Men allieh gåvvarosth mejtie sïjhth pryövedh. Anne Greten jïjnjh skraejrieiehkedh, iehkedh dejtie mah kuvsjem vaadtseme jïh ånnetji dååjrehtimmiem utnieh, jïh iehkedh dejtie mah eah mejtegh maehtieh. Datne bïevnesh daej iehkedi bïjre gaavnh altese nedtesæjrosne.

Manne nuepiem åadtjoejim yoga’m pryövedh voestes aejkien evteben våhkoen, jïh lij raaktan akte murreds jïh hijven dååjrese. Mij akt mij lij ånnetji onterligs dallatjinie, lij mijjieh edtjimh njaelmiem steeredh jïh idtjimh maam jiehtedh Bekkstuesne, mij lea dïhte yogatjiehtjele. Men joekoen dæjpeles, Anne Grete lea dïhte mij jeahta dam mij lea daerpies, jïh fokuse steeresåvva disse mij lea vihkeles, dov kråahpoe jïh dov aajmoe. Ij naan sturremh.

Anne Grete soptseste satne vïedtjem dåastoeji muvhten jaepien gietjeste. Yoga lij mij akt maam aarebi dorjeme, jïh daelie iedtjem vihth disse åadtjoeji, jïh geajnojne bååstede sjïdti. Mænngan dle jiene jienebe sjïdteme, jïh daelie dïhte göökte jïh bielie jaepieh vaadtseme dejstie golme jïh bielie jaepijste, mejtie vaasa yogalohkehtæjjine sjïdtedh.

– Yoga dan hijven, guktie im manne maehtieh dam oktebisnie steeredh, Anne Grete jeahta, yoga’ine barkebe sisnjielistie jïh kråahpine åahpenibie, jïh dellie dam gorredibie. Yoga akte vuestievæktoe dan kråahpevuajnoen vööste maam daan biejjien vuejnebe, mijjieh kråahpem vaeltebe guktie lea, jïh dam dïrregeaeskine nåhtadibie, maam yoga lea.

Minngebe daltese yoga-sjaljose sjædta laaroem vijriedidh. Daelie govhte-gaektsie almetjh tjaakanieh Bekkstuesne. Jis Anne Grete edtja stuerebe kuvsjh jïh hïeljekuvsjh hööltedh, dle satne tjuara vijriedidh. Soejkesjeminie laaroem jarkelidh guktie stuerebe sijjie sjædta, jïh jïjjedimmiem gåetesne utnedh. Ij akte njieljienaestien hotellestandarde sjïdth, men nov sån sïejhme åeremetjiehtjelh göökte seangkoejgujmie hijvenlaakan sjeahta jeanatjommesidie, veanhta. Austgardesne sjeavohts jïh joeleds, dah kuvsjh aktem tjaebpies jïh joeleds mieriem åadtjoeh. Gosse Anne Grete kuvsjem vaadtseme yogalohkehtæjjine sjïdtedh, dle Ringebu-vaeresne orreme, aktene sïeterisnie. Dah luvlielaanten almetjh tuhtjieh dan tjaebpies daesnie, maahtah naestide jïh vaeride vuejnedh. Dam darjobe Austgardeste aaj, Anne Grete jeahta jïh mojjehte. Dam mijjieh buajhkoesvoetine vaeltebe daennie Snåaesne, ij leah buajhkoes jeatjah lehkesne.

Guvvieteeksth:

Bekkstua: Daesnie Anne Grete sov yogakuvsjh åtna. Murreds onne tjiehtjele, maam Innovasjovne Nøørje dåårjeme.

Lotusisnie: Anne Grete yogalierehtimmiem åtna sov öörnegen tjïrrh Yoga-sjaljosne. Lïerehtimmie lea Bekkstuesne.

Klååvne: Aaj båeries klååvnh maehtieh daam sijjiem vaeltedh, man nomme klååvne.