



Kerstin Linnartz

Moderatorin, Vegetarierin, Yogalehrerin - Die pure Lebensfreude.

TV Presenter, Vegetarian, Yoga Teacher and 100 Percent Lust for Life.

Jung, dynamisch, fröhlich. So sieht also die Gewinnerin des Promi Dinners aus, die immerhin mit einem vegetarischen Menü gewonnen hat. Ich freue mich auf das Interview, Vegetarismus und PETA sind auch meine Themen. Geboren wurde Kerstin Linnartz im Rheinland.

Aha, deswegen, Rheinische Frohnatur. Scheint zu stimmen. Ich habe das Gefühl Kerstin strotzt vor Kraft und positiver Energie. Das hat sicher auch etwas mit dem Yoga zu tun.

Ihre Schauspielausbildung finanzierte sie selbst, mit Modeljobs. 1998 nahm sie am ersten Moderationscasting teil. Sie wurde vom Sender NBC Europe für „NBC GIGA“ geholt, es folgten eine journalistische Ausbildung im Düsseldorfer Medienhafen und der Grimmepreis für das Erfolgsformat, das bahnbrechend war für die Verknüpfung von TV und Internet.

Schnell folgte ein eigenes TV-Konzept. Mit „Giga Heartbeat“ ging ein Late Night Format auf Sendung. Die vielen Livesendungen waren eine gute Schule. Das merkt man heute an ihrer Spontanität und Sicherheit. In den vergangenen 12 Jahren moderierte sie diverse Entertainmentformate im TV. Sie moderierte zweisprachig vor internationalem Publikum. Sie flog quer durch die Welt für ihre Reisemagazine „globe“ und „traveller“. Danach ging es zu SAT 1 für das Magazin „Blitz!“. Seit 2004 wohnt sie in Berlin. Während einer Pause von den Medien, nimmt sie Schauspielunterricht in Los Angeles und sie besucht Indien um ihre Yogaleidenschaft zu vertiefen. Danach stand sie wieder vor der Kamera. Zuerst für das US-Magazin Europe's greatest stunts, dann für DW-TV mit dem Lifestylemagazin „euromaxx“.

Immer wieder kann man Kerstin Linnartz auch live bewundern, auf den großen Bühnen. Sie präsentiert Boxweltmeisterschaften oder Pokerturniere in großen Arenen. Oft sind bis zu 15.000 Zuschauer mit dabei. Es folgen Filme und TV-Serien.

Seit 2007 moderiert Kerstin Linnartz für den Sender sport1 die Sendungen „Heads Up- das Pokerduell“, „Million Euro Challenge“ und „Beat the stars“.

Durch ihre Professionalität, ihr offenes Wesen, ihre große Routine wird sie immer wieder für große Veranstaltungen, Pressekonferenzen oder Preisverleihungen gebucht. Über 1000 Interviews hat sie sicher schon geführt. Egal, ob Künstler, Politiker, Sport- oder Wirtschaftsgröße. Mit ihrer charmanten, freundlichen Art, überzeugte sie alle.

Mich auch.

Kerstin Linnartz was born in the Rhineland region. After school she worked as an au-pair in the United States and later financed her acting classes with money she earned from model jobs. In 1998, her model agent sent her to a first presenters casting. She was contracted by the NBC Europe station for the „NBC GIGA“ program. After that, she completed her journalistic studies at the Düsseldorfer Medienhafen. She was also awarded the Grimme Prize for a successful format which was ground-breaking for the combination of television and internet. Kerstin is writing her first own TV concept, the TV station produces the Late Night Format „GIGA Heartbeat“ and designs even the „studio decorations“ in the regional TV station studios of Hannover, as she says. The lessons she learned from moderating several-hour-long live programs that Kerstin presented every other day at the begin-

ning of her career helped her making good use of her spontaneous character and absolute confidence – two assets she benefits from still today:

Over the last twelve years she has presented entertainment formats in television studios, moderated huge productions in two languages in front of international audiences, flew around the globe for her moderation job at travel magazines „globe“ and „traveler“. She did productions in several European cities, African desert land, Asian palaces or deserts in the United States. One day though, all of a sudden, her „life as a nomad“ came to an end, when she moved to Berlin in 2004 as she got contracted by German private television channel Sat1 for the presentation of the celebrity and lifestyle magazine „blitz!“.

After her journey into the world of lifestyle and celebrities, Kerstin decided to take a break from the hectic me-

dia world. She took acting classes in Los Angeles and travelled to India to dedicate herself a bit more intensively to her second passion – Yoga.

She went on with the moderation of the US magazine „Europe's greatest stunts“ and the lifestyle magazine „romaxx“ for the German TV station DW-TV which broadcasts Kerstin's program all around the globe. In addition, she presented huge sport events live in front of 15,000 people, like for example, boxing world championships or poker tournaments for TV station sport 1. She also took various parts in different feature films and television series.

Since 2007 Kerstin presents programs such as „Head Up- das Pokerduell“, „Million Euro Challenge“ and „Beat the stars“ for the German sports channel sport1. In addition, she gets frequently booked for the moderation of huge events, like for example,

Potsdam Journal: Warum engagieren Sie sich für PETA?

Kerstin Linnartz:

Weil das ein Thema ist, das mir selber sehr am Herzen liegt. Ich bin mit Leib und Seele Vegetarierin. Meiner Meinung nach- ohne daß ich Leute bekehren möchte- würde es Sinn machen, wenn immer mehr Menschen über ihre Ernährung nachdenken und sich bewusster und sinnvoller ernähren. Dazu gehört für mich die vegetarische Ernährung. Erstens, weil man damit kein Tierleid verursacht und zweitens ist es einfach gesünder und vor allem besser für den Planeten. Der Umweltaspekt einer vegetarischen Ernährung ist vielen Menschen gar nicht bewusst. Es wird z.B. viel weniger Wasser für Getreideproduktion benötigt als für Tierzucht. Für mich gibt es sehr, sehr viele Gründe sich für eine vegetarische Ernährung einzusetzen.

Potsdam Journal: Wann sind Sie zur Vegetarierin geworden und was war der Grund dafür?

Kerstin Linnartz: Ich bin komplett Vegetarierin seit sieben Jahren. Dazu hat aber ein organischer Prozess geführt. Vor etwa neun Jahren habe ich in einem Yoga- Ashram einen Vortrag über vegetarische Ernährung gehört. Da ging es zum einen um Gewaltlosigkeit, zum anderen wurde dort von einem Ayurveda- Ernährungsberater erzählt, was Fleisch im menschlichen Körper anrichtet. Es bleibt zum Beispiel viel länger im Verdauungssystem und es werden Giftstoffe im Körper freigesetzt. Damit fing für mich ein Entwicklungsprozeß an. Ich wollte zum Beispiel für Freunde ein Dinner kochen. Als ich im Supermarkt vor der Fleischtheke stand, habe ich diese Giftstoffe gerochen. Ich habe einen richtigen Ekel gegenüber rohem Fleisch

bekommen. Ich habe dann zunächst erst einmal kein Fleisch mehr zubereitet, im Restaurant aber immer noch welches gegessen. Es dauerte etwa ein- einhalb Jahre, bis ich das Fleisch ganz weg gelassen habe. Ich habe mir selber dabei aber nie Druck gemacht, es hat sich natürlich entwickelt.

Potsdam Journal: Fehlt Ihnen nach den sieben Jahren Vegetarismus nicht doch ab und zu mal ein Stück Fleisch?

Kerstin Linnartz: Nein. Das fehlt mir überhaupt nicht mehr. Ich muß auch keine Tofuwurst mehr auf mein Brot legen. Im Gegenteil. Wenn ich mit Freunden im Restaurant bin, die noch Fleisch essen, dann sehe ich zum Beispiel in dem Steak auf dem Teller ein Stück von einer Kuh. Nein, ich vermisse das überhaupt nicht. Im Gegenteil.

premieres, press conferences or award winning ceremonies.

Her personal special capital comprises her professionalism, more than 1000 interviews with renowned artists, politicians, celebrities from world of sports and industry, as well as her truly exhilarant and warm-hearted character. Kerstin Linnartz is a vegetarian and committed to supporting animal protection organization PETA. The Potsdam Journal was delighted to have her as guest.

Potsdam Journal: Why do you actively support PETA?

Kerstin Linnartz: It's because that is a matter near to my own heart. I am a vegetarian with heart and soul. I mean, I would not want to convert people or anything like that. However, I really think it would make sense if more and more people started thinking about

what they eat and switched to a more healthy and reasonable diet. For me personally, this includes vegetarian food. On one hand, eating vegetarian food causes no pain in animals, and on the other hand, it is more healthy food and helps to protect our planet. Lots of people are not even aware of the environmental effects of a vegetarian diet. For example, much less water is used for the cultivation of grain than for cattle breeding. I have lots of personal reasons to stand up for a vegetarian way of life.

Potsdam Journal When did you become a vegetarian and what was your motivation?

Kerstin Linnartz: I have been a 100-per-cent vegetarian for seven years now. It was an organic process taking me there. About nine years ago, I listened to a presentation about

vegetarian food in a Yoga-Ashram. First of all, the paper was about nonviolence. In addition, one Ayurveda nutritionist spoke about the damages in your body caused by meat. Meat stays so much longer in your digestion system, for example, and releases toxic substances there. Having heard that, a personal development process was triggered off. I wanted to cook a dinner for some friends. When I was standing at the meat counter in the supermarket, I could actually smell those toxic substances. I really developed some kind of disgust towards raw meat. So for the time being, I didn't prepare any meat any longer, however, ordered meat dishes at restaurants. It took about one and a half years, until I cancelled meat totally from my diet. I never put myself under pressure in that time, it was a natural process.



**Vegetarische Ernährung kann zu
körperlichen Höchstleistungen und
Seelenfrieden führen**

Kerstin Linnartz für
Moderatorin, Yoga-Lehrerin, Vegetarierin

PETA
stoppt tierquälerei!



Potsdam Journal: So, after seven years as a vegetarian, don't you miss some nice chunk of meat once in a while?

Kerstin Linnartz: No. I don't miss that at all. I do not feel I have to put tofu sausage on my bread any longer, either. If I am at a restaurant with friends who still eat meat, then I see for example a piece of a cow in their steak on

that plate. No, I don't miss that at all. The contrary is the case.

Potsdam Journal: What do you put on your bread, if you even refrain from eating tofu sausage?

Kerstin Linnartz: Oh, (laughing) quite a lot, actually. I love vegetarian bread spreads, for ex-

Potsdam Journal: Was legen Sie denn eigentlich aufs Brot, wenn sogar die Tofuwurst wegfällt?

Kerstin Linnartz: Oh, (lacht) eine ganze Menge. Ich liebe z.B. die vegetarischen Aufstriche. Da gibt es ja- im Bio-Markt und inzwischen auch im normalen Supermarkt- jede Menge Sorten. Von Curry-Ananas über Paprika und Pilze zum Gemüse. Ich liebe diese Aufstriche und bereite sie auch selber gerne zu. Das geht sehr einfach, z.B. mit püriertem Tofu und Möhren. Eigentlich kann man alles unterbringen was einem gefällt. Und, ich gebe es zu: ich liebe Nutella.

Potsdam Journal: Experimentieren Sie eigentlich viel mit Gewürzen in ihrer Küche?

Kerstin Linnartz: Ja, extrem. Ich habe eine sehr große Gewürzkollektion zu

ample. Nowadays organic food markets or even normal supermarkets offer quite a big range of them. Curry-Pineapple, pepper, mushroom and vegetable spreads. I love those bread spreads and like making them on my own, too. That is such an easy thing to do; you use mashed tofu and carrots, for example. Actually, you can put in whatever you please. And, I have to admit, I love Nutella!

Potsdam Journal: Do you try out a lot of different spices when you cook something?

Kerstin Linnartz: Oh yes, I do that a lot. I have this huge collection of different spices at home. I spend the winter time in India, from where I always bring great spices with me. It is the country of spices, and I love the Asian cuisine. Indian, Thai food I love everything that comes from Asia.

Hause. Ich lebe im Winter in Indien. Von dort bringe ich immer ganz tolle Gewürze mit. Es ist ja das Land der Gewürze. Ich liebe die asiatische Küche. Indisch, Thailändisch... alles was aus Asien kommt mag ich sehr. Wer mal ein indisches Curry gekocht hat, der weiß, wie viele Gewürze gebraucht werden. Da wird nicht gespart. Das ist auch der Grund, warum es bei mir in der Küche nicht langweilig wird. Die Leute denken ja immer, „vegetarische Ernährung ist langweilig, was willst du schon aus Gemüse machen“- aber das stimmt nicht. Ich freue mich immer, wenn ich ein drei-Gänge Menü koche, ohne Tier und das ist sogar sehr abwechslungsreich.

Potsdam Journal: Sie moderieren ja auch für Peta-TV ein Magazin. Was ist das für ein Magazin?

Kerstin Linnartz: Das ist ein Lifestyle Magazin, das zeigt, wie man als Ve-

getarier oder Veganer ein Mensch ist, der kein Tierleid verursacht und trotzdem- oder gerade deswegen!- ein sehr cooles Leben haben kann. Wir zeigen zum Beispiel schicke oder auch günstige vegetarische Restaurants. Ich interviewe Künstler, Schauspieler oder Schriftsteller, die Veganer oder Vegetarier sind. Das sind alles sehr kreative, glückliche, erfolgreiche Leute, die in der Öffentlichkeit stehen, sich sehr bewusst ernähren und bei allem eine sehr große Lebensfreude haben. Mit dem Magazin wollen wir positive Beispiele zeigen, Tipps geben, wie man sich gesund, tierleidfrei und umweltfreundlich ernähren kann. Es geht nicht um einen erhobenen Zeigefinger sondern um die Freude am und beim Essen.

Potsdam Journal: Viele Leute sagen ja immer, ich kann aber auf Fleisch nicht verzichten. Was antworten Sie denen?

Kerstin Linnartz: Denen sage ich, die sollen es doch einfach mal ausprobieren. Ich höre das sehr oft von Männern, die sagen: „ich brauche mein Steak, da bekomme ich die Energie und die Kraft her.“ Ich sage dann: „Schau mich an, ich bin extrem sportlich, ich mache Yoga, auch die sehr dynamischen Arten, bei denen man sich extrem verbiegt, ich mache Kampfsport, esse seit Jahren kein Fleisch und habe sogar sehr viel Energie und Kraft. Viele wissen oft nicht, dass man aus Soja ganz viele Proteine bekommen kann, zum Teil mehr als aus Fleisch, ohne die negativen Nebenwirkungen wie z.B. erhöhte Cholesterinwerte. Ich sage immer, ich bin das lebende Beispiel dafür, dass man vegetarisch fit sein kann- ich sehe ja wohl nicht unfit aus?! (grinst) Und ich sterbe garantiert nicht am Herzinfarkt ...

Once you have cooked an Indian Curry you really know, how many different types of spices are actually needed. Spices are used in great abundance. That is one reason why it never gets boring in my kitchen. People always tend to think that “being a vegetarian is a boring thing, what do you want to make with of those vegetables all the time“. I am always happy if I can prepare a three-course-meal without causing any pain in animals, and it is even so diverse!

Potsdam Journal: You also moderate one magazine for Peta-TV. What kind of magazine is that?

Kerstin Linnartz: It is a lifestyle magazine that shows how people as vegetarians or vegans can – without having caused any pain or suffering for animals – still, or exactly for that reason!, have a very cool life. For example we

show trendy or very affordable vegetarian restaurants. I interview artists, actors or writers who are vegans or vegetarians. These are all very creative, happy and successful celebrities. They eat healthy food very consciously and while doing that they have a very positive and joyful attitude towards life. With this magazine we want to demonstrate positive examples, give tips about how one can eat healthy, without causing pain in animals or damage on the environment. We do that without any finger-wagging, we just want to show how you can enjoy food and dining.

Potsdam Journal: Lots of people tend to say they cannot live without meat. What would you tell them?

Kerstin Linnartz: I just tell them to try it out! I always hear men saying: “Well, I just need my steak, this

is where I get my energy and power from“. Then I say to them: “Look at me! I am extremely fit, I do Yoga, even very dynamic forms of it where you really have to bend your body a lot, I also do martial arts. I haven’t eaten meat for years and I am still full of power and energy.“ Lots of people don’t even know that soya gives them a lot of proteins, sometimes more than they could get from meat – but without the negative side effects, such as high cholesterol values. I always say I am the living example of being vegetarian still means that you can be fit! At the end of the day, I don’t look unfit, do I? (grinning) And, I definitely won’t die of a heart attack...

Potsdam Journal: How did you actually take to Yoga?

Kerstin Linnartz: I started doing Yoga thirteen years ago. I was pretty young

Potsdam Journal: Wie sind Sie eigentlich zum Yoga gekommen?

Kerstin Linnartz: Ich habe mit Yoga vor dreizehn Jahren angefangen. Ziemlich jung und zunächst aus physischen Gründen. Ich habe damals Leistungssport betrieben und hatte Rückenbeschwerden. Eine Freundin empfahl mir Yoga, das ja damals noch nicht so bekannt war. Ich habe das dann erst einmal als Sport betrieben, bevor ich nach meinem Umzug nach Köln an die richtige Adresse gekommen bin: einer Yogaschule in der Sivananda Tradition, wo Yoga ganz-

heitlich betrieben und gelehrt wird, also auch die Philosophie, Meditation und Ernährungsaspekte. Da hatte es mich richtig erwischt.

Potsdam Journal: Sie leben ja auch einen Teil des Jahres in Indien. Ist das auch ein Traum den sie damit leben?

Kerstin Linnartz: Ja, absolut. Durch Yoga habe ich mich schon vor vielen Jahren mit Indien befasst. Ich liebe die Philosophie, die Lebensanschauung, die aus Indien kommt.

Es war schon immer ein Traum von mir, dort hin zu reisen. Es hat ganz

schön lange gedauert, bis es soweit war. Vor fünf Jahren, war ich zum ersten Mal in Indien. Ich habe mich sofort, als ich aus dem Flugzeug stieg, in dieses Land verliebt und ich wusste: hier gehöre ich hin. Es gab dann auch gleich glückliche Umstände, die mir erlaubten, mehrere Monate dort zu bleiben. Durch meine Yogalehrerausbildung kann ich in Indien auch arbeiten. Ich unterrichte dort regelmäßig und habe mir so einen Winterwohnsitz aufgebaut. Dafür bin ich unglaublich dankbar.

Potsdam Journal: Wie leben Sie in Indien?



then and did it out of physical considerations. Back then I was doing competitive sports and complained about back problems. A female friend of mine recommended me doing Yoga, which was not that known back then. So then I practiced Yoga as a kind of work-out before I finally arrived at the right place after having moved to Cologne: a Yoga school based on the Sivananda tradition, which teaches and practices Yoga in a holistic approach. This means learning more about the philosophy, mediation and nutritional aspects. When I got in touch with this, I couldn't let go of it any more.

Potsdam Journal: You spend part of the year in India. Is this a dream that you live?

Kerstin Linnartz: Yes, absolutely. Through Yoga, I have been involved with India for quite a few years. I love the Indian philosophy, their attitude towards life as such.

It had always been a dream of mine to travel to this country. It took quite a while until I finally did it. Five years ago, I was in India for the first time. I fell in love with this country right after I set my foot on the ground getting of the airplane, and I knew: this is

the place where I belong! And the circumstances turned out to be so lucky for me right from the beginning. I was able to stay there for several months. I can work in India due to my Yoga training. I teach on a regular basis and so have been able to acquire my own winter residence there. I am more than grateful for that.

Potsdam Journal: What does your life look like in India?

Kerstin Linnartz: My life in India is actually much nicer than it is here. It is calmer, even healthier, taking place in

Kerstin Linnartz: Ich lebe in Indien eigentlich viel schöner als hier. Ruhiger, noch gesünder, mitten in der Natur. Ich habe ein kleines Haus direkt am Strand, bin in einer Yogacommunity monatelang mit Gleichgesinnten zusammen. Ich lerne in Sachen Yoga ständig dazu, führe unglaublich interessante Gespräche mit spannenden Menschen aus aller Welt: Lehrer, Forscher, Geschäftsleute, Erfinder- und allesamt sehr bewußte Menschen. Oberflächlichkeit gibt es dort nicht. Die Inder sind unglaublich freundliche Menschen und natürlich bin ich sehr viel mit Vegetariern zusammen. Wenn ich dort unterwegs bin, sehe ich den ganzen Tag in offene, lachende Gesichter. Man bekommt ganz viel positive Energie, welches eine schöne Erfrischung ist, wenn man aus Deutschland kommt.

Potsdam Journal: Das klingt ja nach dem Gegenteil von hier.

Kerstin Linnartz: Oft schon. Letzte Saison hatte ich das Glück, sechs Monate am Stück in Indien zu sein. Als ich dann wieder in Deutschland war, ist mir ganz extrem aufgefallen, wie grummelig die Menschen hier unterwegs sind. Dass uns hier in der westlichen Welt unglaublich viel an Tiefe und Sinn abhanden gekommen ist. In Indien ist es ja auch nicht gerade einfach für die Menschen: neben der ständig präsenten Armut gibt es die kleinen Tücken des Alltags: man kann Leitungswasser nicht trinken, das Internet funktioniert nicht, es gibt ständig Stromausfälle. Trotz allem haben die Menschen dort eine Herzlichkeit, eine Offenheit, ein Miteinander, das uns hier zu oft fehlt. Deswegen liebe ich mein Leben in Indien so sehr.

Potsdam Journal: Wenn Sie in Indien leben, fehlt Ihnen dann doch manchmal etwas aus Deutschland?

Kerstin Linnartz: Das einzige was mir in Indien fehlt ist Schwarzbrot. (lacht). Dort ist es so, daß ich 24-Stunden am Tag rumlaufe und immer wieder sage: „Danke Gott, dass ich hier sein darf!“ Ich bin natürlich auch gerne in Deutschland. Ich liebe meinen Job. Ich habe eine tolle Beziehung und viele Freunde. Ich muß aber ehrlich sagen, dass ich Indien noch ein kleines Stückchen glücklicher bin als hier.

Potsdam Journal: Wenn Sie in Deutschland sind, was fehlt denn dann am meisten aus Indien?

Kerstin Linnartz: Die Sonne. Das Licht. Ich glaube, das ist auch ein Grund warum die Menschen hier so schlechte Laune bekommen. Wenn man monatelang keine Sonne, kein Licht hat- das macht viel aus. Und dann diese Offenheit, diese Herzlichkeit. Ich habe natürlich auch Glück,

the midst of nature. I have a small house, directly at the beach. I spend my time together with soul mates in the Yoga community. I constantly learn new things about Yoga, have unbelievably interesting conversations with exciting people from all around the world: teachers, scientists, business people, inventors – and all of them are really considerate. You don't have any superficial attitudes there. The Indian people are extremely friendly, and, of course, I spend lots of time with vegetarians. If I am out and about in India, I look into open and smiling faces all day long. You get so much positive energy, which is nice and refreshing when you come from Germany.

Potsdam Journal: That sounds like life in India is the complete opposite of what it is in Germany.

Kerstin Linnartz: Very often this is the case, indeed. In the last season I was

really lucky as I was able to spend six months in India without interruption. When I was back in Germany I really noticed how grumpy people are over here. I think we people in the Western world have become quite superficial and don't see the true meaning of things anymore. In fact, people in India don't have an easy life: not only is poverty omnipresent all the time, they also have to cope with those smaller difficulties in every day life. You cannot drink water from the tap, the Internet doesn't work, and electricity goes off constantly. And despite of all that, people are so warm-hearted, open and care about each other – something that is missing here too often. That's why I love my life in India so much.

Potsdam Journal: And when you live in India, is there anything you miss from Germany?

Kerstin Linnartz: The only thing I miss in India is German coarse rye bread. (laughing) When I am over there I am walking through my day and say to myself again and again: “Thank you God for letting me live here!” Of course, I like living in Germany, too. I have a wonderful relationship and many friends. Still, to be honest, I am slightly happier in India than in Germany.

Potsdam Journal: And when you are in Germany, what do you miss most from India?

Kerstin Linnartz: The sun. The light. I think that this is one of the reasons why people get so grumpy over here. It really makes a difference if you don't get to see the sun or the light during months. And then this openness, these warm-hearted people. Of course, I am lucky and have great friends here in Germany. And be-

dass ich hier in Deutschland einen tollen Freundeskreis habe. Und mein Job zwingt mich nicht dazu, mit griesgrämigen Gesichtern im Büro zu sitzen. Und die vielen langen Gesichter, die man sieht, wenn man über die Straße läuft- manchmal möchte ich die Leute schütteln, und denen sagen: „Kommt mal runter, euch geht es doch gut hier!“

Potsdam Journal: Möchten Sie ihren Lebensabend in Indien verbringen?

Kerstin Linnartz: ... einen Lebensabend in Indien kann ich mir definitiv vorstellen. Aber der ist ja hoffentlich noch 100 Jahre hin. (lacht)

Mal sehen, wenn mein Lebensabend beginnt, wie es dann bei uns aussieht, wie sich die Welt entwickelt hat, wie es in Indien aussieht. Ich plane ja auch, Mutter zu werden. Dann muß ich natürlich bedenken „wie sollen meine

Kinder aufwachsen?“ „was ist die beste Situation?“ Von daher mag ich noch gar nicht so weit in die Zukunft sehen. Ich bin sowieso eher ein Mensch, der mehr im Jetzt lebt als in der Vergangenheit oder in der Zukunft. Und jetzt bin ich mit der Situation „eine Hälfte hier, eine Hälfte Indien“ super dankbar und glücklich. Aber als Oma auf der Veranda sitzen und auf den Strand schauen ..., das wäre schon ein schöner Lebensabend!

Potsdam Journal: Was ist aktuell bei Ihnen geplant?

Kerstin Linnartz: Im Moment läuft im TV die aktuelle Staffel meiner Sendung „Heads Up!“ bei sport1. Im Sommer kommt dann das nächste TV- Pokerformat, die „Million Euro Challenge“, wo um eine Million Euro gekämpft wird. Ich lebe ja in zwei Welten: Yoga und Pokern, eine inte-

ressante Mischung. (grinst) Für das PETA-Magazin werden wir wieder neue Sachen drehen, gerade haben wir eine Koch-Serie mit tollen Köchen abgedreht. Auf www.peta-tv.de kann man ab sofort jede Woche neue, leckere, vegane Rezepte mit mir und wechselnden tollen Köchen nachkochen. Und man kann natürlich auch Yoga lernen bei mir. Das ging in den letzten Jahren immer nur in Indien. Aber ich biete jetzt auch Yoga Retreats und Workshops hier in Deutschland an. Mehr dazu gibt es auf meiner neuen Webseite www.shila-yoga.de. Das ist mein Herzensprojekt. Es wird also nie langweilig.

*Das Interview führte Michael Kiesewetter
Weitere Informationen zu Kerstin Linnartz finden Sie auf ihrer Homepage: www.kerstin-linnartz.de.*

Fotos: Markus Nass / PETA

cause of my job I don't have to spend my time in office with grumpy looking faces. But then those long faces you see when you walk through the streets. Sometimes I want to grab people, shake them and say to them: "Come on! Get down! Your life isn't too bad over here at all!"

Potsdam Journal: Would you like to spend your sunset years in India?

Kerstin Linnartz: ... I could definitely imagine spending my sunset years in India. But that is hopefully another 100 years from now. (laughing)

Let's see when my sunset years will start, what the world will look like then, what it will look like in India. I want to have children, too. Then, of course, you have to ask yourself "how do I want my kids to grow up" and "what is the best situation for

them"? Actually, I don't really want to look into the future that much. At any case I am more a person who lives here and now instead of in the past or the future. And for the time being, I am very grateful for and happy with "living one half of the year here, and the other half in India". However, sitting at a terrace as a grandmother and looking to the beach ... that seems like some wonderful sunset years to me, actually!

Potsdam Journal: What are your current plans?

Kerstin Linnartz: At the moment we have the current season of "Heads Up!" running at the sport1 TV channel. In summer, we will have the next TV format of "Million Euro Challenge", where participants play for one million Euros. Oh, you see, I live in two

worlds, Yoga and Poker – what an interesting mix! (grinning) We will also shoot new material for the PETA magazine. We have just finished a great cooking series with splendid cooks. From now on, you can read delicious vegan recipes from me and alternating fabulous cooks every week on www.peta-tv.de. Of course, you can also take Yoga classes with me. Over the last years, I have only been able to do that in India. Now, I offer Yoga Retreats and Workshops in Germany, too. For more information, you can visit my new website at www.shila-yoga.de. This project is a matter of heart. You see, it never gets boring.

The interview was done by Michael Kiesewetter.

Photos: Translation: Belinda Bittner

