



Das ist Dennis

Schauspieler | Yoga-Lehrer | Pilates Bodymotion Ausbilder

Dennis Lau ist geboren und aufgewachsen in Hamburg, wo er sein Berufsleben nach Ausbildung und späterem Studium bei der Polizei Hamburg begann. Nach einigen Jahren zog es ihn auf eine Schauspielschule. Er wirkte in verschiedenen Stücken mit und tourte u.a. mit einem Kinder-Musical durch Deutschland. Nach dem Umzug in die Wetterau arbeitete er einige schöne und sehr bereichernde Jahre im biologisch-dynamischen Landbau auf einem großen und bekannten Demeter-Hof im Frankfurter Umland.

Schon zu Schauspielzeiten begann er mit dem Unterrichten von Yoga, wodurch er auch kurz darauf auf die Pilates-Methode stieß. Nach eigener Aussage entschied er sich aufgrund der „sehr feinen und auf Ästhetik bedachten, fachlich sehr anspruchsvollen Interpretation der Methode durch **PilatesBodymotion**“ in eben diesem Institut 2006 die Ausbildung zu beginnen.

Seit 2011 ist er **PilatesBodymotion** Trainer für Matwork, seit 2012 Mitglied des **PilatesBodymotion**-Ausbildungsteams. Noch immer erstaunt ihn diese „genial einfache, klar strukturierte und äußerst effiziente Methode“ sowie ihre „wirklich verblüffende Anwendungsbreite“.

So unterrichtet Dennis seit ca. 15 Jahren Pilates, Yoga und Artverwandtes. Er ist ebenfalls begeisterter „Feldenkraisler“ und pflegt breitgefächerte Interessen von Jonglage und Körpersprache über Laufen und Schwimmen bis hin zu Kraft- und Kampfsport. Neben Tai Chi und Zen beschäftigt er sich auch mit der stammesgeschichtlichen Entwicklung und Anatomie des Menschen, den modernen Lebensumständen und der Wechselwirkung zwischen beidem - im Grunde fasziniert ihn die ganze Bandbreite menschlichen Ausdrucks und Lebens.