



14,8 x 21,0, 15 Seiten, DIN A5,
15 Klappkarten, 13 Geschichten,
beidseitig bedruckt, auf festem
350g-Karton, farbig illustriert, inkl.
methodischer Hinweise, in
farbiger Pappbox, plastikfrei
verpackt mit OVP-Siegel
EAN: 426069492 069 5
€ 21,00 (D) / € 21,60 (A) /
sFr 25,20 (CH)

Elke Gulden, Gabriele Pohl, Bettina Scheer

Kinderyoga-Geschichten für die Entspannungsphase

Bildkarten für kleine Yogis von 4 bis 10

Gestärkt durch Entspannungsübungen: Yoga für Kindergarten und Grundschule

Zum Abschluss ruhig auf dem Rücken liegen, in sich hören oder sich in fremde Welten träumen – die Abschlussmeditation ist ein wichtiger Teil jeder Yogastunde.

Mit den Fantasiereisen von Elke Gulden und Bettina Scheer gelingt es Kindern ab 4 Jahren, nach den intensiven Körperübungen und Asanas wieder zur Ruhe zu kommen. Im Liegen spüren sie in sich hinein, nehmen die Veränderungen in ihrem Körper wahr und kehren anschließend mit positiven Gefühlen in ihren Alltag zurück.

- 15 Klappkarten mit Anleitung, Starterkarte und 13 Entspannungsgeschichten
- Jede Traumreise mit passender Asana und mit Affirmationen für Kinder
- Mit farbenfrohen Illustrationen von Gabriele Pohl
- Geeignet für den Einsatz in Kindergarten, Grundschule oder beim Kinderturnen
- Wichtiger Beitrag für den Aufbau von positiver Stärke und Vertrauen in sich selbst

Shavasana zum Abschluss: Mit Yoga-Übungen Stress abbauen

Mit den Bildkarten können Sie ganz einfach wohltuende Ruhemomente in den Schul- und Kindergarten tag integrieren. Wenn am Ende der Kinderyoga-Einheit die Tiefenentspannung ansteht, kommen die Yogakarten zum Einsatz. Neben Entspannungsgeschichten, die die Fantasie kleiner Yogis beflügeln, enthalten sie kurze Merksätze und stärkenden Weisheiten aus dem Yoga. Sie dienen der Vermittlung von Selbstsicherheit und helfen Kindern, ruhiger und konzentrierter zu werden.

Empfohlenes Alter: 4 bis 10 Jahre



© www.elke-gulden.de

Elke Gulden

Elke Gulden ist Tanzpädagogin und staatlich geprüfte Gymnastiklehrerin. In ihrem Institut bietet sie Fortbildungen zur musikalischen Frühförderung, zum kreativen Kindertanz und zum Kinderyoga an. Sie lebt in Stuttgart. Mit Bettina Scheer gibt sie die Fachzeitschrift "Musik in der Kita" heraus.



Gabriele Pohl

Gabriele Pohl studierte Grafik-Design in München. Nach vielen Jahren als Grafikerin und ArtDirectorin gründete sie gemeinsam mit ihrer Partnerin ein Kreativbüro mit Schwerpunkt Buchdesign und Illustration. Seit 2015 ist sie Yogalehrerin in der Tradition des Yoga der Energie. Mit viel Fachkompetenz, anatomischer Genauigkeit und liebevollem Strich illustriert sie für Don Bosco Medien die erfolgreiche Reihe "Kinderyoga-Bildkarten".
www.yoga-pada.de



Bettina Scheer

Bettina Scheer, Studium der Grundschulpädagogik, gibt Fortbildungen für ErzieherInnen zur Sinnesentwicklung und ganzheitlichen musikalischen Früherziehung. Die Fachbuchautorin lebt im Saarland. Mit Elke Gulden gibt sie die Zeitschrift "Musik in der Kita" heraus.

Bezugsmöglichkeiten

Alle Titel von Don Bosco Medien erhalten Sie in Ihrer Buchhandlung, im Onlinehandel oder direkt auf donbosco-medien.de. Telefonische Bestellannahme: + 49 / 89 / 4 80 08 – 3 30 (Mo. – Do.: 9:00 bis 17:00 Uhr und Fr. 9:00 bis 15:00 Uhr). Fordern Sie unseren aktuellen Katalog an.

Presse

Coverabbildungen, Autorenfotos, weiterführende Produkt- und Autoreninformationen, Kontakt zu Autoren und Rezensionsexemplare fordern Sie bitte hier an:

presse@donbosco-medien.de, Tel. +49 / 89 / 4 80 08 - 3 48

Lizenzen und Foreign Rights

Abdruckgenehmigungen richten Sie bitte an: rechte@donbosco-medien.de

Inlandslizenzanfragen und Foreign Rights richten Sie bitte an: rights@donbosco-medien.de

Wiederverkäufer

Verlagsauslieferungen

D: AZB Auslieferungszentrum Bercker, mireille.spenrath@azb.de, Tel. 0 28 32 / 9 29 -2 91

A: Mohr Morawa Buchvertrieb GmbH, bestellung@mohrmorawa.at, Tel. 01 / 6 80 14 – 0

CH: Balmer Bücherdienst AG, info@balmer-bd.ch, Tel. 055 / 4 18 89 89

Innendienst

Für Coverabbildungen, Titeldatensätze, Konditionen, Kontakt zum Außendienst, Büchertische und Veranstaltungen nehmen Sie bitte Kontakt auf mit:

vertrieb@donbosco-medien.de, Tel. +49 / 89 / 4 80 08 - 3 45