



14,8 x 21,0, 32 Seiten, DIN A5,
32 Karten, 30 Übungen,
beidseitig bedruckt, auf festem
350g-Karton, farbig illustriert, inkl.
methodischer Hinweise, in
farbiger Pappbox, plastikfrei
verpackt mit OVP-Siegel
EAN: 426069492 166 1
€ 21,00 (D) / € 21,60 (A) /
sFr 25,20 (CH)

Elke Gulden, Gabriele Pohl, Bettina Scheer

30 Kinderyoga-Bildkarten zur Aktivierung und Entspannung

Yoga-Flows für kleine Yogis von 4 bis 8

Innere Balance und Konzentrationsübungen für Kinder in Kita und Grundschule

Yoga ist nicht nur was für Große! Auch Kinder können von einer regelmäßigen und doch spielerischen Yoga-Praxis profitieren. Ob Zuhause, beim Bewegungsangebot im Kindergarten oder in der Grundschule: Die Yoga Karten bringen frische Ideen ins Kinderturnen. Jede Yoga-Asana lässt sich auf zwei Arten üben. Einmal aktivierend, einmal entspannend - aber immer perfekt zum Stressabbau und zur Verbesserung der Körperwahrnehmung!

- Praktisches Set, das 30 leichte Yoga-Übungen in Bildern zur Aktivierung und Entspannung zeigt
- Bekannte Asanas wie „Hund“ oder „Baum“ kindgerecht umgesetzt
- Vielfältige Yogaübungen für Kinder für Konzentration und Stressabbau
- Für Yoga mit Kindern in der Grundschule und im Kindergarten
- Yoga Entspannungsübungen, die neue Ideen fürs Kinderturnen liefern

Die beliebten Yoga Karten aus dem Don Bosco Verlag

Die gut strukturierten Bildkarten machen es Erzieher:innen und Lehrer:innen leicht, die Yogaübungen der Kinder anzuleiten. In jeder Übung führt eine kleine Yoga-Geschichte in den Yoga-Flow. Daneben steht eine einfache Bewegungsanleitung. Die 15 Grund-Ausgangshaltungen können auf zwei unterschiedliche, farblich gekennzeichnete Weisen geübt werden. So können kleine Yogis durch Entspannung oder Aktivierung spielerisch zum Schmetterling, Adler oder Halbmond werden.

Empfohlenes Alter: 4 bis 8 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