



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 106 7
€ 21,00 (D) / € 21,60 (A) /
sFr 25,20 (CH)

Ulrike Knuth, Gabriele Pohl

30 Kinderyoga- Partnerübungen für Koordination, Kommunikation und Konzentration

Bildkarten für kleine Yogis von 4 bis 10

Affirmationen und Asanas: Mit Yoga achtsam miteinander umgehen

Was verbirgt sich hinter Namen wie „Lachkäfer“, „Zauberkessel“ und „Segelflugzeug“? Diese und 27 weitere Bezeichnungen beschreiben Yoga-Partnerübungen für Kinder. Die Yoga-Bildkarten sind darauf ausgelegt, mehr Nähe und Bindung zwischen den kleinen Yogis in Kita und Grundschule aufzubauen.

Die klare Bildsprache der Illustrationen von Gabriele Pohl weckt Lust auf Yoga-Übungen zu zweit. Kinder ab 4 Jahren stärken mit den dreißig Asanas das Gemeinschaftsgefühl in der Gruppe – perfekt für kleine Bewegungseinheiten zwischendurch!

- Achtsamkeit und Konzentration fördern: Yoga für Kinder von 4 bis 10 Jahren
- Illustrierte Yoga-Partnerübung und passende Affirmation auf der Karten-Vorderseite
- „So geht’s“ und „Das bringt’s“: Beschreibung und Wirkung auf der Rückseite
- Ideal für Kita, Grundschule und Kinderturnen
- Übung macht den Meister: verschiedene Schwierigkeitsstufen erfordern Zusammenarbeit

„Gemeinsam sind wir stark!“ Mit Kinderyoga die gegenseitige Wahrnehmung fördern

Yoga bedeutet die Verbindung von Körper, Geist und Seele. Bei den Yoga-Partnerübungen für Kinder steht der Spaß an der gemeinsamen Bewegung im Vordergrund. Gleichzeitig bedeuten Yoga-Übungen zu zweit, sich auf das Gegenüber einzulassen und ihm zu vertrauen. So werden mit Teamwork Konzentration, Entspannung oder

Gefühlsregulation unterstützt – die Rahmenfarbe der Yoga-Bildkarten zeigt, wozu die jeweiligen Bewegungsabläufe dienen.

Erzieher:innen, Lehrer:innen oder Übungsleiter:innen, die Yoga in den Alltag integrieren wollen, haben mit den Yoga-Bildkarten ein praktisches Set zur Hand, um kleine Übungen zu gestalten. Die Partnerübungen lassen Kinder Vertrauen zueinander fassen und fördern so die Achtsamkeit!

Empfohlenes Alter: 4 bis 10 Jahre

Ulrike Knuth

Ulrike Knuth, geboren 1982, entdeckte mit der Geburt ihres ersten Kindes die Liebe zum Yoga und zur Arbeit mit Kindern. Seitdem ließ sie sich ausbilden als Kinderyogalehrerin (RCYT), Bewegungs- und Klangpädagogin, Fachlehrerin für Kindergesundheit und Entspannungstrainerin für Kinder. Derzeit ist sie unter dem Namen Yokimo als selbständige Referentin und Yogalehrerin für Kinder, Teens und Familien mit Schwerpunkt auf Kita- und Grundschulkinder unterwegs.





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

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