

14,8 x 21,0, 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: 4260179515774
€ 22,00 (D) / € 22,70 (A) / sFr 26,40 (CH)

Anne-Katrin Müller

30 Faszientraining-Bildkarten für Kinder

Übungen für Beweglichkeit und Stabilität

Recken, Strecken und dynamisch Dehnen: Faszien-Übungen für Kinder

Geschmeidig wie eine Katze und stark wie ein Löwe: Dafür brauchen wir nicht nur Muskelkraft, sondern auch gut trainierte Faszien. Sie legen sich wie eine Hülle um Muskeln, Organe und Knochen. Damit helfen sie, alles zusammenzuhalten und sich zu bewegen. Wenn wir Übungen für die Faszien machen verbessert sich die Körperhaltung und die Beweglichkeit.
Die kindgerecht gestalteten Bildkarten von Pädagogin und Trainerin Anne-Kathrin Müller zeigen 30 verschiedene Übungen für die Faszien, die schon Kitakinder leicht umsetzen können. Ein einfacher Weg, um Verspannungen und Kopfschmerzen bei Kindern vorzubeugen und spielerisch die Motorik zu verbessern!

- Frische Ideen für das Kinderturnen: Faszientraining für Kinder zwischen 4 und 10 Jahren
- Gleichgewichtsübungen, Mobility-Übungen, Bewegungsspiele uvm. für Kindergarten, Schule und Hort
- Vielfalt und Abwechslung: Recken, Strecken, Wippen und Schwingen stärken motorische Fähigkeiten
- Kompakt und gut erklärt: Mit den Bildkarten können Pädagog:innen jeden Schritt ganz einfach anleiten
- Wertvolles Plus: Fundiertes Hintergrundwissen zur Wirkung der Faszientraining-Übungen

Mit der Vorstellungskraft das Körperbewusstsein unterstützen

Wetten, dass Ihre kleinen Schützlinge bald auch Mama und Papa fürs Faszientraining begeistern? Denn die Anleitungen zu den lustigen Übungen mit Namen wie „Katzensprung“ oder „Zappelphilipp“ prägen sich Kindern rasch ein. Und sie machen einen Riesenspaß. Ob ein imaginärer Fußball geschossen wird oder das Zehenklavier spielt: Die Fantasie wird stets wirkungsvoll in das Training einbezogen. Dabei erlangen die Kinder spielerisch eine bessere Stabilität und können zudem optimal ihre Wirbelsäule mobilisieren. Die Faszien-Bildkarten bringen Abwechslung und Spaß in die nächste Kinderturnstunde und unterstützen

die Gesundheit der Kleinsten. Perfekt für alle Erzieher:innen, die Bewegung und Kreativität lieben und Kinder ganzheitlich fördern wollen.

Empfohlenes Alter: 4 bis 10 Jahre



© © Anne-Katrin Müller

Anne-Katrin Müller

Anne-Katrin Müller, Musikpädagogin M.A. (LMU München) und Diplom-Fernsehjournalistin (BAF München), ist Bewegungstrainerin („Advanced FAMO Fascia Movement Teacher“) und manuelle Faszienbehandlerin („Anatomy Trains Structural Integrator“). Die Autorin lebt in Köln.

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. – Fr.: 9:00 bis 18:30 Uhr und Sa. 9:00 bis 13:00 Uhr). Fordern Sie unseren aktuellen Katalog an.

Presse

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

Don Bosco Pädagogik
Melanie Buschkühl
buschkuehl@donbosco-medien.de
Tel. +49 / 89 / 4 80 08 - 351

Don Bosco Kinderbuch
Pia Gsellmann
gsellmann@donbosco-medien.de
Tel. +49 / 89 / 4 80 08 - 334

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: AZB Auslieferungszentrum Bercker, mireille.spenrath@azb.de, Tel. + 49 28 32 / 9 29 -2 91

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