

14,8 x 21,0, 32 Seiten, DIN A5, 32 Karten, 30 Übungen, beidseitig bedruckt, auf festem 350g-Karton, farbig illustriert, inkl. method. Hinweise, in farbiger Pappbox, plastikfrei verpackt mit OVP-Siegel
EAN: 4260694922316
€ 22,00 (D) / € 22,70 (A) / sFr 26,40 (CH)

Nadine Mescher, Gabriele Pohl

30 Klang-Yoga-Bildkarten

Körperwahrnehmung und Selbstvertrauen mit Kinderyoga. Übungen und Flows für kleine Yogis von 4 bis 10

Innere Balance und Entspannungsübungen für Kinder in Kita und Grundschule

Bewegung meets Klang: Yoga und Klangschale bilden bei diesem Bildkarten-Set für kleine Yogis eine gelungene Einheit! Begleitet von sanften Tönen und Vibrationen gelingen die 30 Yoga-Übungen mit Kindern umso besser. Jede der Karten besteht aus einer passenden Illustration auf der Vorderseite und dem erklärenden Teil auf der Rückseite: Hier erhalten Sie neben der Anleitung für die Asanas auch Hinweise zum spezifischen Nutzen der jeweiligen Yoga-Übung.

- Klang-Yoga in sechs Phasen, von Ankommen bis entspannendem Abschluss
- Vielfältige Yogaübungen für Kinder für bessere Konzentration und innere Balance
- Entspannungsübungen mit Klangschale: perfekt für das Kinderturnen oder für zwischendurch
- Handliches Yoga-Bildkarten-Set: 30 einfache Übungen mit Beschreibungen
- Wenig Material nötig: nur Spaß an der Bewegung und eine Klangschale

Von Klang-Zauberei und wachsamen Erdmännchen: Kinderyoga-Karten

Das Kartenset bietet sechs Schwerpunkte für die Yoga-Einheiten: Ankommen, Aufwärmen, in Bewegung, in Balance, Wir-Gefühl und Entspannung mit Savasana zum Abschluss. Zu jeder dieser Phasen hat Nadine Mescher Übungen zusammengestellt, die Klangschale und Yoga verbinden. So kommen die ganzheitliche Wirkung der Asanas und die positiven Effekte der Klänge zur vollen Entfaltung.

Kleine Yogis profitieren davon im Kinderturnen oder bei einer kurzen Entspannungseinheit zwischendurch: Selbstwahrnehmung fördern und die innere Balance stärken mit Klang-Yoga!

Empfohlenes Alter: 4 bis 10 Jahre



© Wolfgang Schmidt

Nadine Mescher

Nadine Mescher, Studium der Germanistik, Sozialwissenschaften und Waldorfpädagogik, Weiterbildung zur Gesundheitspädagogin. Sie arbeitet als Klassenlehrerin und Fachlehrerin für Musik und Religion an einer Waldorfschule. In ihrer Freizeit schreibt sie Kinderbücher und bloggt auf www.montagskindblog.de. Einen Schwerpunkt ihrer Arbeit bildet die Pädagogik der Klänge und des Zu-Hörens (Audiopädie).



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. – 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