



14,8 x 21,0, DIN A5, 32 Karten,
30 Übungen, beidseitig bedruckt,
auf festem 450g-Karton, farbig
illustriert, inkl. methodischer
Hinweise, in farbiger Pappbox, in
Folie eingeschweißt

EAN: 426017951 473 9

€ 21,00 (D) / € 21,60 (A) /

sFr 25,20 (CH)

Eric Franklin, Elke Gulden, Bettina Scheer

30 x Befreiter Nacken — entspannte Schultern

Übungen für einen gesunden Rücken

Nacken- und Schulterschmerzen zählen zu den berufsbedingten Krankheitsbildern bei ErzieherInnen. Elke Gulden, Bettina Scheer und der renommierte Schweizer Bewegungsexperte Eric Franklin haben ein Konzept entwickelt, mit dem ErzieherInnen zwischendurch im Kita-Alltag Bewegungs- und Imaginationsübungen durchführen können, die Nacken-, Schulterpartie sowie den Rücken entlasten und stärken. Dadurch lässt sich wieder frei durchatmen, und Körperhaltung sowie Beweglichkeit verbessern sich. Im Zentrum der einfachen Übungen steht die Verbindung von bildlichen Vorstellungen mit Bewegungen, die Körper und Geist positiv beeinflusst, für Wohlbefinden sorgt und körperlichen Problemen vorbeugen kann.

Eric Franklin

Eric Franklin arbeitet seit über 20 Jahren erfolgreich als Tänzer, Choreograf, Dozent und Buchautor. Er unterrichtete das Schweizer Kunstturn-Nationalkader, lehrte am Heilpädagogischen Seminar Zürich und leitete Weiterbildungskurse für Krankengymnasten. Er ist Autor zahlreicher Bücher und Experte in imaginativer Bewegungspädagogik.





© 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.



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