



Yoga für Klein und Groß: Der kleine Yogi (für Yoga mit Kindern zu empfehlen, Kinderyoga)

 **Download**

 **Online Lesen**

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Yoga für Klein und Groß: Der kleine Yogi (für Yoga mit Kindern zu empfehlen, Kinderyoga)

Gerti Nausch, Barbara Liera Schauer

Yoga für Klein und Groß: Der kleine Yogi (für Yoga mit Kindern zu empfehlen, Kinderyoga) Gerti Nausch, Barbara Liera Schauer

DER KLEINE YOGI ® hat längst Kultstatus erreicht. Er erfreut seine Fans mit Charme und Leichtigkeit und vermittelt ihnen positive Impulse für das tägliche Leben. Mit seinen flotten Sprüchen ermuntert er dazu, dem Leben jeden Tag aufs Neue mit Liebe, Freude, Elan und Neugier zu begegnen.

Barbara Schauer hat mit der Figur des Kleinen Yogi ® einen echten Freund und Helfer geschaffen, der uns mit Witz und Verstand durch den Alltag begleitet. Die liebevollen Spiel- und Übungskarten, auf denen der kleine Yogi seine Asanas (Positionen) vorführt, inspirieren Klein und Groß, Yoga-Übungen selbst auszuprobieren und sich für die geistige und körperliche Wirkung von Yoga zu öffnen.

Das Set enthält 24 Kartenpaare zusammen mit einem Spiel- und Übungsbuch, verfasst von Yoga-Expertin und Pädagogin Gerti Nausch. Darin werden 24 grundlegende Yoga-Übungen je zweifach beschrieben und ausführlich angeleitet: einmal für Kinder und einmal für Erwachsene.

Buch & Karten:

Broschur, 14 x 21,5 cm, durchgängig farbig, 128 S.

2 x 24 Karten im Format 65 x 65 mm

 [Download Yoga für Klein und Groß: Der kleine Yogi \(für Y ...pdf](#)

 [Online lesen Yoga für Klein und Groß: Der kleine Yogi \(für ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Yoga für Klein und Groß: Der kleine Yogi (für Yoga mit Kindern zu empfehlen, Kinderyoga) Gerti Nausch, Barbara Liera Schauer

128 Seiten

Pressestimmen

Yoga für Klein und Groß Yoga muss nicht kompliziert sein. Ganz im Gegenteil, dieses Kartenset verspricht eine spielerische Herangehensweise für kleine und große Yoga-Neulinge: Der eine oder andere kennt die augenzwinkernden, liebevollen Darstellungen des kleinen Yogi vielleicht schon, zu sehen auf Postkarten, Blöcken oder T-Shirts. Nun haben sich die kreativen Köpfe, die hinter dem kleinen Yogi stehen, mit dem bekannten Königsfurt-Urania-Verlag zusammengetan und heraus kam ein originelles Kartenset samt Übungsbuch. Das Großartige daran: -Yoga für Klein und Groß- richtet sich an Menschen jeden Alters, die Yoga allein, mit ihren Kindern oder gleich mit einer ganzen Kindergruppe praktizieren wollen. Barbara Liera Schauer und Gertie Nasch erklären in der Anleitung von Atemübung bis Meditation verständlich, was man über Yoga wissen sollte. Sie geben wertvolle Tipps für Anfänger und Fortgeschrittene mit auf den Weg und zeigen anschaulich, wie man die bekanntesten Asanas, also Yoga-Stellungen, ausführt jeweils in einer Version für kleine und große Yogis. Damit aber noch nicht genug, schließlich finden sich die 24 beschriebenen Asanas noch auf den beigelegten Spielkarten, für Memory-Spiele gleich in einer doppelten Ausführung. Buch und Set eröffnen eine Fülle von Möglichkeiten, wie die ganze Familie dafür begeistert werden kann, Yoga in den Alltag zu integrieren, als gemeinsames, positives Erlebnis. Liebevoll und immer... mit einem Augenzwinkern (engelmagazin.de) Kurzbeschreibung

Barbara Schauer hat mit der Figur des 'kleinen Yogi' einen echten Freund und Helfer geschaffen, der uns mit Witz und Verstand durch den Alltag begleitet. Die liebevollen Spiel- und Übungskarten, auf denen der kleine Yogi seine Asanas (Positionen) vorführt, inspirieren Kinder wie Erwachsene, Yoga mit Kindern und/oder für sich selbst auszuprobieren und sich für die geistige und körperliche Wirkung von Yoga zu öffnen. Dieses Set enthält ein Anleitungsbuch und 2 x 24 Karten (6,5 x 6,5 cm) in einer stabilen Schachtel. Die Spiel- und Übungskarten zeigen 24 grundlegende Übungen, um die geistige und körperliche Wirkung von Yoga selbst auszuprobieren. Die Karten sind alle doppelt vorhanden, so dass sie auch als Memospiel genutzt werden können. Die Yogaexpertin und Pädagogin Gerti Nausch hat das Spiel- und Übungsbuch dazu verfasst. Alle 24 Übungen werden darin zweifach beschrieben: je eine Yoga-Anleitung für Erwachsene und eine für Kinder.

Download and Read Online Yoga für Klein und Groß: Der kleine Yogi (für Yoga mit Kindern zu empfehlen, Kinderyoga) Gerti Nausch, Barbara Liera Schauer #NXLJ8IY1E57

Lesen Sie Yoga für Klein und Groß: Der kleine Yogi (für Yoga mit Kindern zu empfehlen, Kinderyoga) von Gerti Nausch, Barbara Liera Schauer für online ebook Yoga für Klein und Groß: Der kleine Yogi (für Yoga mit Kindern zu empfehlen, Kinderyoga) von Gerti Nausch, Barbara Liera Schauer Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Yoga für Klein und Groß: Der kleine Yogi (für Yoga mit Kindern zu empfehlen, Kinderyoga) von Gerti Nausch, Barbara Liera Schauer Bücher online zu lesen. Online Yoga für Klein und Groß: Der kleine Yogi (für Yoga mit Kindern zu empfehlen, Kinderyoga) von Gerti Nausch, Barbara Liera Schauer ebook PDF herunterladen Yoga für Klein und Groß: Der kleine Yogi (für Yoga mit Kindern zu empfehlen, Kinderyoga) von Gerti Nausch, Barbara Liera Schauer Doc Yoga für Klein und Groß: Der kleine Yogi (für Yoga mit Kindern zu empfehlen, Kinderyoga) von Gerti Nausch, Barbara Liera Schauer Mobipocket Yoga für Klein und Groß: Der kleine Yogi (für Yoga mit Kindern zu empfehlen, Kinderyoga) von Gerti Nausch, Barbara Liera Schauer EPub