

Lorena Pajalunga

Kinder-Yoga für kleine Dinos

IllustratorIn: Anna Láng
ÜbersetzerIn: Bea Reiter

ab 3 Jahren, 1. Auflage
40 Seiten, 20.3 cm x 25.5 cm
ISBN: 978-3-7432-1290-9
Hardcover

14,00 € (DE)
14,40 € (AT)

Loewe-Bücher: garantiert ohne KI

Jedes Kind kann sich dinomäßig gut entspannen!
Manchmal ist es für Kinder schwierig, im hektischen Alltag ruhig und locker zu bleiben. Wenn einfach alles zu viel ist, werden sie wütend, ängstlich oder unkonzentriert. Dagegen helfen Meister Diplo und seine Yoga-Schule! Hier lernen Kinder und junge Dinos gemeinsam, auf sich zu hören und Sorgen in Stärke, inneren Halt und Zufriedenheit umzuwandeln.

18 kinderleichte Übungen nutzen den natürlichen Bewegungsdrang von Kindern und helfen ihnen, ein positives und entspanntes Körpergefühl zu entwickeln. Die stimmungsvollen Illustrationen laden zum Mitmachen und Ausprobieren ein.

- Kindgerechte **Yoga-Übungen**
- Fördert die **geistige und körperliche Gesundheit**
- Einfache Posen **mit Schritt-für-Schritt-Anleitungen**
- Zum **Mitmachen für Eltern**
- Sympathische **Dino-Charaktere** führen durch die leichten und gut verständlichen Übungen
- Auch für absolute **Yoga-Neulinge** geeignet
- Klare **Illustrationen** helfen beim Ausführen der Übungen und sorgen für so manches Grinsen
- Die Übungen benötigen keine Ausstattung und können problemlos **in den Tagesablauf** integriert werden

Loewe Verlag GmbH
Bühlstraße 4
95463 Bindlach

Telefon +49 09208/51-0
Telefax +49 09208/51-152
E-Mail: presse@loewe-verlag.de
www.loewe-verlag.de

Lorena Pajalunga

Lorena V. Pajalunga (Swami Pragya Chaksu Saraswati) erhielt vor 30 Jahren von Swami Satyananda einen Auftrag, Kindern Yoga beibringen. Sie gründete die Associazone Italiana Yoga per Bambini (AIYB), ist Dozentin für Erziehungswissenschaften, bildet Lehrer für GiocaYoga® aus und hat bereits zahlreiche Bücher über Yoga für Kinder geschrieben.

Weitere Bände der Reihe



Komm, wir machen was mit Stadt

Hardcover



Ich kann einfach alles sein!

Hardcover



Mein erstes Naturbuch - Die Hummel

Hardcover



Mein erstes Naturbuch - Der Igel

Hardcover



Achtsamkeit für dich und mich

Hardcover



Staune, lerne und entdecke - Das weiß ich schon über den Körper

Hardcover



Die kleine Gartenbande rettet den Eichhörnchenwald

Hardcover



Die kleine Gartenbande lässt es langsam angehen!

Hardcover

Weitere Titel

Loewe Verlag GmbH
Bühlstraße 4
95463 Bindlach

Telefon +49 09208/51-0
Telefax +49 09208/51-152
E-Mail: presse@loewe-verlag.de
www.loewe-verlag.de



Kinder-Yoga zum Aufwachen

Hardcover



Kinder-Yoga zum Einschlafen

Hardcover

Loewe Verlag GmbH
Bühlstraße 4
95463 Bindlach

Telefon +49 09208/51-0
Telefax +49 09208/51-152
E-Mail: presse@loewe-verlag.de
www.loewe-verlag.de