

Lorena Pajalunga

Kinder-Yoga zum Einschlafen

IllustratorIn: Anna Láng
ÜbersetzerIn: Bea Reiter

ab 3 Jahren, 3. Auflage
40 Seiten, 20.3 cm x 25.5 cm
ISBN: 978-3-7432-0877-3
Hardcover

14,00 € (DE)
14,40 € (AT)

Loewe-Bücher: garantiert ohne KI

Jedes Kind kann entspannt einschlafen!

Manchmal ist es schwierig, vom aufregenden Tag noch aufgedrehte Kinder ins Bett zu bringen. Gute-Nacht-Yoga hilft schon den Kleinsten, sich vor dem Zubettgehen mit Körper und Geist zu entspannen, und ermöglicht Eltern und Kindern so ein schönes und inniges Einschlafritual.
16 kinderleichte Übungen nutzen den natürlichen Bewegungsdrang der Kleinen und helfen ihnen, ein positives und entspanntes Körpergefühl zu entwickeln. Einfache Posen mit Schritt-für-Schritt-Anleitungen sowie begleitende Illustrationen sind ein lustiger Anreiz zum Mitmachen und Ausprobieren für Eltern und Kinder.

Dieses **Bilderbuch ab 3 Jahren** bietet kindgerechte **Yoga-Übungen** als Abendritual. ***Gute-Nacht-Yoga*** hilft schon den Kleinsten, sich vor dem Zubettgehen zu entspannen, und ermöglicht Eltern und Kindern so ein inniges **Einschlafritual**.

• Einfache Posen mit **Schritt-für-Schritt-Anleitungen**
• Kindgerechte Yoga-Übungen als Abendritual
• Auch zum Mitmachen für Eltern!

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



Willkommen auf dem Sonnenhof!

Hardcover



Viel los im Wildpark!

Hardcover



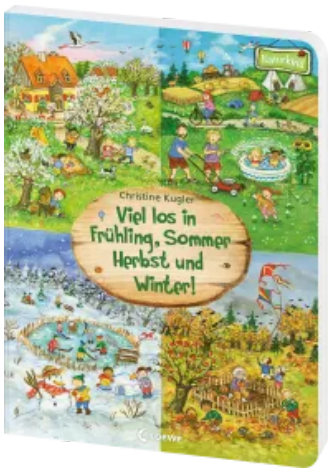
Ich kann einfach alles sein!

Hardcover



Die kleine Gartenbande räumt die Wiese auf

Hardcover



Viel los in Frühling, Sommer, Herbst und Winter!

Hardcover



Auf dem Sonnenhof ist was los

Hardcover



Ich helfe dir, das ist nicht schwer!

Hardcover



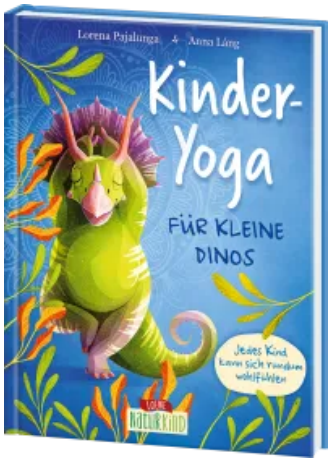
Mein erstes Naturbuch - Der Biber

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 für kleine Dinos

Hardcover



Kinder-Yoga zum Aufwachen

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