Hanjo Fritzsche

Tanz wie ein Pinguin!

durchgehend farbig illustriert von Olga Antonava

ab 6 Jahren, 1. Auflage 2023
40 Seiten, 20.3 x 25.5 cm
ISBN 978-3-7432-1231-2
Hardcover

15.00 € (D)
15.50 € (A)

Inhalt

Tierisch in Bewegung!
Lass uns springen wie ein Hund, fliegen wie eine Fledermaus oder laufen wie ein Gecko. Egal, ob allein oder zu zweit: Tiere nachzuahmen macht einfach immer Spaß! Wir toben uns aus, stärken Kopf und Körper – und sind hinterher nicht nur wunderbar entspannt, sondern können auch echt stolz auf uns sein.
Diese 16 Übungen trainieren spielerisch Konzentration und Koordination, kurbeln das Muskelwachstum an und beugen Haltungsschäden vor. So haben wir Freude an Bewegung und fühlen uns richtig gut!

- Einfache Turnübungen mit Schritt-für-Schritt-Anleitungen
- Viele wissenswerte Fakten aus der Welt der Tiere
- Für Kinder und Erwachsene zum Mitmachen

Dieses Buch für **Grundschulkinder ab 6 Jahren** bringt Freude und **Spaß an Sport und Bewegung**. Die

Loewe Verlag GmbH
Bühlstraße 4
95463 Bindlach

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

bunte Mischung aus **Partner- und Einzelübungen** eignet sich durch unterschiedliche Schwierigkeitsvarianten für **Anfänger und Fortgeschrittene** gleichermaßen. **Schritt-für-Schritt-Anleitungen** mit lebendigen Illustrationen sorgen für ein leichtes Verständnis, besondere Hilfsmittel werden nicht benötigt. Auf diese Weise wird die Körperentwicklung unterstützt, Bewegungsmangel vermieden und ganz nebenbei wichtige Schlüsselkompetenzen wie **Empathie und Selbstbewusstsein** trainiert. Nebenher lernen die Kinder spannende **Fun-Facts aus der Tierwelt.**

Klimaneutrales Produkt – Wir unterstützen ausgewählte Klimaprojekte!

Hanjo Fritzsche

Hanjo Fritzsche ist Personal Trainer und Gesundheitscoach aus München. Mit seinem „Stand Up&Move!"-Konzept bringt er Bewegung in Unternehmen und macht seit über 10 Jahren mit seinen „Bootcamp-Workouts" Menschen fitter und glücklicher. Durch sein Lehramtsstudium (Sport/Englisch) und seine Zeit als Jugend-Basketballtrainer hat er einen besonderen Bezug zu Kindern. Hanjo liebt Brokkoli, die Isar und Einhörner.
www.healthpunk.tv

Pressestimmen

„Tierisch viel Lust aufs Bewegen machen Hanjo Fritzsche und Olga Antonava in „Tanz wie ein Pinguin"."
Stadt Land Kind

„Ein spielerisches Sportangebot in Buchform für Eltern und Kinder, das sicher viele begeistern wird."
Annemarie Schreibert, medienprofile

Loewe Verlag GmbH
Bühlstraße 4
95463 Bindlach

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

Weitere Titel

Spring wie ein Känguru!

Loewe Verlag GmbH
Bühlstraße 4
95463 Bindlach

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