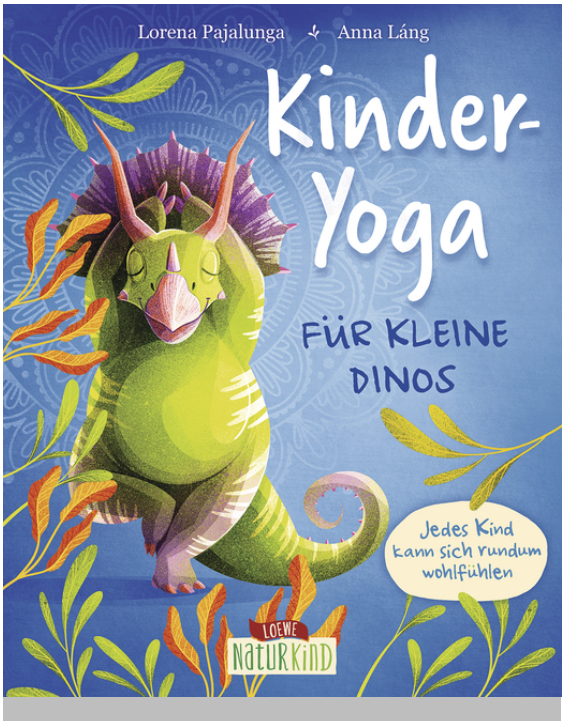


Lorena Pajalunga

Kinder-Yoga für kleine Dinos

Naturkind
durchgehend farbig illustriert von Anna Láng
Aus dem Englischen übersetzt von Bea Reiter

ab 3 Jahren, 1. Auflage 2022
40 Seiten, 20.3 x 25.5 cm
ISBN 978-3-7432-1290-9
Hardcover

14.00 € (D)
14.40 € (A)

Inhalt

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**

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

- 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

Klimaneutrales Produkt – Wir unterstützen ausgewählte Klimaprojekte!

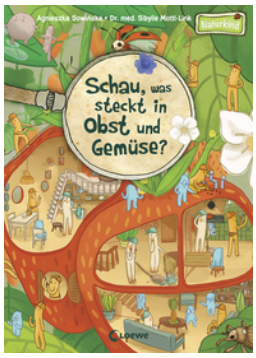
Lorena Pajalunga

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.

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 der Reihe

Mein Weihnachtswunsch für dich	Kinder-Yoga zum Einschlafen	Das wundersame Leben der Schmetterlinge
Viel los bei den Bienen!	Worte, die mich stark und mutig machen	Laaangsam, kleines Äffchen!
Mein erstes Naturbuch - Die Hummel	Mein erstes Naturbuch - Der Biber	 Schau, was steckt in Obst und Gemüse?

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