*Lorena Pajalunga*

# Kinder-Yoga zum Einschlafen

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

ab 3 Jahren, Erstmals erschienen 2020, 3. Auflage 2024
40 Seiten, 20.3 x 25.5 cm
ISBN 978-3-7432-0877-3
Hardcover

14.00 € (D)
14.40 € (A)

## Inhalt

*+ Beliebtes Thema: Yoga + Aufwendig farbig illustriert + Perfekt geeignet zum Vorlesen + Detailreiche und liebevolle Illustrationen + Fördert die emotionale Entwicklung Ihres Kindes + Bewährte Qualität +*

*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
https://www.loewe-verlag.de

*Unser Markenversprechen:*

Die Bücher mit dem ***Naturkind***-Label von Loewe sind
**liebevoll gestaltet** und **nachhaltig produziert**.

Sie vermitteln Werte für alle Familien, die **bewusst leben und lesen**.

Mit jedem ***Naturkind***-Buch machen Sie die Welt ein Stückchen besser,
denn Sie unterstützen damit **regionale Projekte im Bereich Klima- und Umweltschutz**.
Genaue Informationen finden Sie unter **naturkind.org.**

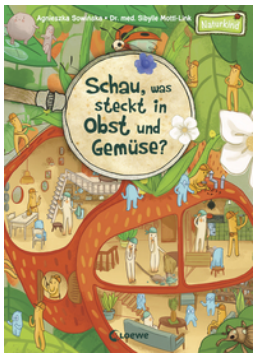
## Lorena Pajalunga

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 | 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? | Kinder-Yoga für kleine Dinos |

**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