



Warum Zebras Streifen haben ... Eine Kinderyoga Mitmachgeschichte mit Govinda, dem Erdmännchen

Florian Sprater

 **Download**

 **Online Lesen**

Warum Zebras Streifen haben ... Eine Kinderyoga Mitmachgeschichte mit Govinda, dem Erdmännchen Florian Sprater

Eine Kinderyoga Mitmachgeschichte mit Govinda, dem Erdmännchen
Broschiertes Buch

Dieses Kinderyoga-Mitmachbuch ist für Kinder ab drei Jahren und deren Eltern. Vorkenntnisse in Yoga sind nicht notwendig, denn das neugierige Erdmännchen Govinda nimmt Klein und Groß an die Hand und lädt zu einer spannenden Reise durch Afrika ein. Zusammen mit Govinda und den Tieren Afrikas lernen die Kinder mit kindgerechten Yoga- und Entspannungsübungen, Stress abzubauen und sich wohler und besser verankert im Leben zu fühlen.

 [Download Warum Zebras Streifen haben ... Eine Kinderyoga Mitmach ...pdf](#)

 [Read Online Warum Zebras Streifen haben ... Eine Kinderyoga Mitma ...pdf](#)

Warum Zebras Streifen haben ... Eine Kinderyoga Mitmachgeschichte mit Govinda, dem Erdmännchen

Florian Sprater

Warum Zebras Streifen haben ... Eine Kinderyoga Mitmachgeschichte mit Govinda, dem Erdmännchen Florian Sprater

Eine Kinderyoga Mitmachgeschichte mit Govinda, dem Erdmännchen

Broschiertes Buch

Dieses Kinderyoga-Mitmachbuch ist für Kinder ab drei Jahren und deren Eltern. Vorkenntnisse in Yoga sind nicht notwendig, denn das neugierige Erdmännchen Govinda nimmt Klein und Groß an die Hand und lädt zu einer spannenden Reise durch Afrika ein. Zusammen mit Govinda und den Tieren Afrikas lernen die Kinder mit kindgerechten Yoga- und Entspannungsübungen, Stress abzubauen und sich wohler und besser verankert im Leben zu fühlen.

Downloaden und kostenlos lesen Warum Zebras Streifen haben ... Eine Kinderyoga Mitmachgeschichte mit Govinda, dem Erdmännchen Florian Sprater

44 Seiten

Amazon.de

"Warum Zebras Streifen haben" ist der Titel der ersten Kinderyoga-Mitmachgeschichte des Münchener Yogalehrers Florian Sprater rund um das neugierige Erdmännchen Govinda. Kinder ab drei Jahren lauschen der spannenden Geschichte und machen die Übungen aktiv mit. Durch diese kleinen Auszeiten mit den Eltern, größeren Geschwistern oder auch Erziehern im Kindergarten fühlen sich die Kinder wohler und besser verankert im Leben. Kinder haben einen starken Bewegungsdrang, viel Fantasie und sind sehr experimentierfreudig. Im Kinderyoga werden Körper- und Sinneswahrnehmung verbessert, Ängste und Aggressionen abgebaut und das Selbstwertgefühl so-wie die Konzentrationsfähigkeit erhöht. Kinder entwickeln dabei spielerisch einen beweglichen und gesunden Körper. „Warum Zebras Streifen haben“ ist eine Mitmachgeschichte zum Vorlesen, die Klein und Groß auf eine spannende Entdeckungsreise durch Afrika führt. Das Erdmännchen Govinda begegnet dabei Elefanten, Giraffen, Löwen, Wildhunden und Schlangen und lässt sich von den Zebras erklären, warum sie so lustige Streifen haben. Vorkenntnisse in Yoga sind nicht notwendig. Zusammen mit Govinda und den Tieren Afrikas lernen die Kinder mit kindgerechten Yoga- und Entspannungsübungen, Stress abzubauen und sich fest verwurzelt im Leben zu fühlen. Yoga hilft auch, die Beweglichkeit, das Gleichgewicht und die Körperkoordination zu fördern, den Kreislauf und den Stoffwechsel anzuregen und die soziale Kompetenz zu stärken. Für die erwachsenen Vorleser, ob Eltern, Großeltern oder Erzieher, gibt es viele Tipps für die Yogastunde daheim, Anleitungen zur richtigen Ausführung und Wirkungsweise der jeweiligen Übungen sowie zusätzliche Atemübungen und eine kindgerechte Meditation. „Ich möchte Kinder für ihren Körper sensibilisieren und ihnen ein Hilfsmittel anbieten, wie sie die zunehmenden Anforderungen unserer Zeit leichter bewältigen“, so Florian Sprater über sei-ne Kinderyoga-Mitmachgeschichten. Weitere Abenteuer des Erdmännchens Govinda sind geplant.

Kurzbeschreibung

Dieses Kinderyoga-Mitmachbuch ist für Kinder ab drei Jahren und deren Eltern. Vorkenntnisse in Yoga sind nicht notwendig, denn das neugierige Erdmännchen Govinda nimmt Klein und Groß an die Hand und lädt zu einer spannenden Reise durch Afrika ein. Zusammen mit Govinda und den Tieren Afrikas lernen die Kinder mit kindgerechten Yoga- und Entspannungsübungen, Stress abzubauen und sich wohler und besser verankert im Leben zu fühlen.

Download and Read Online Warum Zebras Streifen haben ... Eine Kinderyoga Mitmachgeschichte mit Govinda, dem Erdmännchen Florian Sprater #D4NBWEFVMZ9

Lesen Sie Warum Zebras Streifen haben ... Eine Kinderyoga Mitmachgeschichte mit Govinda, dem Erdmännchen von Florian Sprater für online ebook Warum Zebras Streifen haben ... Eine Kinderyoga Mitmachgeschichte mit Govinda, dem Erdmännchen von Florian Sprater Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen Warum Zebras Streifen haben ... Eine Kinderyoga Mitmachgeschichte mit Govinda, dem Erdmännchen von Florian Sprater Bücher online zu lesen. Online Warum Zebras Streifen haben ... Eine Kinderyoga Mitmachgeschichte mit Govinda, dem Erdmännchen von Florian Sprater ebook PDF herunterladen Warum Zebras Streifen haben ... Eine Kinderyoga Mitmachgeschichte mit Govinda, dem Erdmännchen von Florian Sprater Doc Warum Zebras Streifen haben ... Eine Kinderyoga Mitmachgeschichte mit Govinda, dem Erdmännchen von Florian Sprater Mobipocket Warum Zebras Streifen haben ... Eine Kinderyoga Mitmachgeschichte mit Govinda, dem Erdmännchen von Florian Sprater EPub