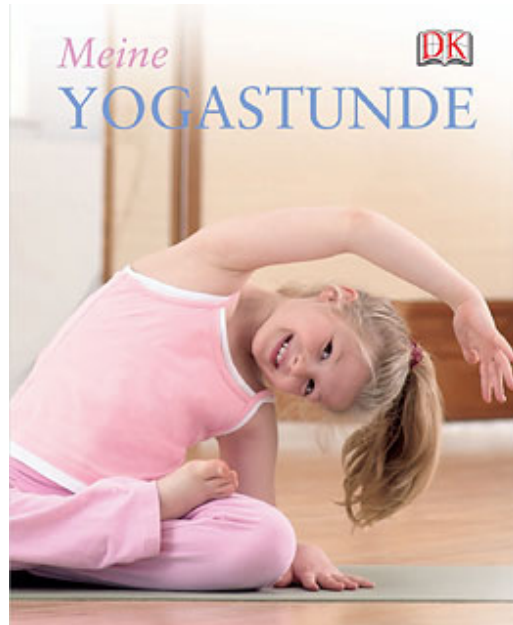


Ohne Autor

Meine Yogastunde für Kinder

Leseprobe

[Meine Yogastunde für Kinder](#)
von [Ohne Autor](#)



<http://www.narayana-verlag.de/b7593>

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Narayana Verlag GmbH
Blumenplatz 2
D-79400 Kandern
Tel. +49 7626 9749 700
Fax +49 7626 9749 709

Email info@narayana-verlag.de
<http://www.narayana-verlag.de>

In unserer [Online-Buchhandlung](#) werden alle deutschen
und englischen Homöopathie Bücher vorgestellt.



Inhalt

- Einführung 6-7
- Bevor es losgeht 8-9
- Was ist Yoga? 10-11
- Aufwärmübungen 12-13
- Den Körper aufwecken 14-15
- „Hebe“ dein Herz 16-17
 - Hüftöffner 18-19
- Hüpfende Frösche 20-21
 - Gleichgewicht 22-23
 - Kräftigung 24-25
- Rückenübungen 26-27
- Mehr Beweglichkeit 28-29
 - Verkehrt herum 30-31
 - Energieschub 32-33
- Seitliche Drehungen 34-35
 - Partner-Yoga 36-37
- Spaß und Spiele 38-39
- Ruhestellungen 40-41
 - Savasana 42-43
- Die Yogaschüler 44-45
- Begriffe und Register 46-47
- Dank 48





Ohne Autor

[Meine Yogastunde für Kinder](#)

48 Seiten, geb.
erschienen 2006



bestellen

Mehr Homöopathie Bücher auf www.narayana-verlag.de