



DOWNLOAD



Yoga Nidra für Kinder

By Barbara Kündig

Windpferd Verlagsges. Apr 2015, 2015. Buch. Condition: Neu. Neuware - Das neue Buch der Erfolgsautorin Barbara Kündig, zusammen mit Barbara Schlupe, vermittelt die wichtigsten Informationen über Yoga Nidra und erklärt, warum diese Methode bereits für Kinder so empfehlenswert ist. Damit wendet es sich sowohl an Eltern, als auch an Lehrpersonen und Therapeuten, die mit Kindern arbeiten möchten. Anschaulich beschreiben die Autorinnen, wie Yoga Nidra sinnvoll und spielerisch zugleich eingesetzt werden kann, damit die Kleinen ganz eintauchen können in die Entspannung und gleichzeitig Freude beim Üben haben. Die CD enthält drei anleitende Übungen für verschiedene Altersgruppen, damit Kinder jederzeit Yoga Nidra praktizieren können und von der daraus entstehenden Ruhe und Konzentration profitieren. 88 pp. Deutsch.



READ ONLINE
[4.21 MB]

Reviews

Extensive information! Its this sort of great read through. It is amongst the most incredible book i have go through. I realized this publication from my i and dad suggested this book to understand.

-- Prof. Devon Bernhard PhD

I just started off reading this article pdf. It is probably the most remarkable ebook we have go through. It is extremely difficult to leave it before concluding, once you begin to read the book.

-- Jeanette Kreiger