



Literaturempfehlungen

50/75h Element Teen & Kinderyoga Fortbildung

Kursbücher Teen

Yogakids* - Marsha Wenig

Kinder entspannen mit Yoga* - Petra Proßowsky

Achtsamkeit mit Kindern (mit CD)* - Thich Nhat Hanh

Yoga-Anatomie: Ihr Begleiter durch die Asanas, Bewegungen und Atemtechniken*
- Leslie Kaminoff und Amy Matthews*

Wissenschaftliche Grundlagen zum Yoga mit Kindern und Jugendlichen*
- Marcus Stück*



Erde



Wasser



Feuer



Luft



Raum

Empfehlung

Grow Wild: The Whole-child, Whole-family, Nature-rich Guide to Moving More
- Katy Bowman

Stillsitzen wie ein Frosch: Kinderleichte Meditationen für Groß und Klein
- Eline Snel

Junge Buddhas: Meditation für kleine und große Kinder - Lisa Desmond

Yoga für Kinder - Thomas Bannenberg

**Yoga in Prävention und Therapie:
Ein Manual für Yogalehrer, Therapeuten und Trainer**
- Dietmar Mitzinger

Yoga Nidra - Swami Satyananda Saraswati
(nur gebraucht verfügbar auf Deutsch, oder neu auf Englisch)

Play Yoga: Kinderleicht und tierisch gut - Lorena Pajalunga

Meditationen für Jugendliche - Klaus W. Vopel

Itsy Bitsy Yoga for Toddlers and Preschoolers - Helen Garabedian

Little Gurus - Ein Yoga-Entdeckungsbuch Board Book - Olaf Hajek

**Creative Yoga for Children: Inspiring the Whole Child through Yoga,
Songs, Literature, and Games** - Adrienne Rawlinson

**Wie ich die Dinge geregelt kriege:
Selbstmanagement für den Alltag** - David Allen und Helmut Reuter

*Pflichtlektüre

** Dieses Buch ist vergriffen,
wir stellen es Dir aber gern
zur Verfügung