



Teresa Anne Power - Kathleen Rietz EL ABC DEL YOGA PARA NIÑOS

65 hermosas posturas para divertirse aprendiendo el yoga junto con el alfabeto

Pvp: € 9,80

Fecha: Septiembre 2018 - II EDICIÓN

Páginas: 40

Rústica 26 x 26

ISBN 9788417080013

ISBN: 978-8417080013



9 788417 080013

- 65 hermosas y divertidas posturas para aprender el yoga
- El niño puede aprender el alfabeto y también palabras ingleses
- Para padres, educadores, maestros de yoga
- Para niños

Cisne swan
Soy un cisne muy hermoso,
Mi cuello es muy largo y preciso.
Con el cuello sobre el agua y encontrándose hacia atrás
Doblo las rodillas y entro las piernas con facilidad.
Los pies los suero juntos a la cabeza,
Levantando el pecho sin dificultad.
Y así, relajado, me puedo quedar.



P p
Pavo real peacock
Soy un pavo real de colores bellos,
Sentado muy recto, así como yo un maestro.
Estoy tan derecho como la pared,
Abierto las piernas, dentro las tiras de cabeza a pies.



Las Autoras

Teresa Anne Power practica el yoga hace ya más de 20 años y enseña esta disciplina a los niños desde hace 7 años, tanto en escuelas como en asociaciones, ayudando así a más de 800 niños a desarrollar un enfoque sano hacia su cuerpo.

Kathleen Rietz ama el arte desde niña y ha pintado y dibujado toda su vida. Es una ilustradora de libros para niños muy reconocida y "El ABC del Yoga para niños" es su cuarto libro ilustrado. Vive en Chicago, Illinois.

Una idea nueva y una forma innovadora para iniciar a los niños en el yoga clásico a través del aprendizaje del alfabeto con ilustraciones bellas y llenas de color y con textos sencillos y delicados.

"A" como árbol, avión o agua, "B" como barco o bebé feliz, "C" como cocodrilo, cobra o cisne y así hasta la "Z" de zafiro. En este libro el niño aprende el alfabeto y las posturas del yoga al mismo tiempo. Algunas de las posturas son muy divertidas, otras tal vez un poco más difíciles, pero todas permiten obtener beneficios a nivel psíquico, mental y espiritual.

Con este libro los niños pueden:

- ✓ descubrir el yoga, una antigua disciplina apta para todos;
- ✓ aprender el alfabeto;
- ✓ divertirse leyendo las explicaciones claras y sencillas;
- ✓ jugar imitando las posturas de cada ilustración;
- ✓ convertirse en niños más tranquilos y más abiertos;
- ✓ desarrollar la coordinación, la concentración, la fuerza y la fantasía;
- ✓ introducir una actividad sana en la vida diaria;
- ✓ compartir un momento especial con los padres.

www.macroediciones.com

comunicación@macroediciones.com

TEL. 667 300 542