



## Kinder in Balance

Dieses umfangreiche Lehrwerk schöpft aus dem unermesslichen Erfahrungsschatz des Qigong, Taijiquan, Yoga, Kung Fu und Aikido. Es richtet sich an Erwachsene, die mit Kindern arbeiten, und präsentiert diese uralten Künste der Lebenspflege in einer Form, die Kindern und Jugendlichen einen spielerischen Zugang ermöglichen.

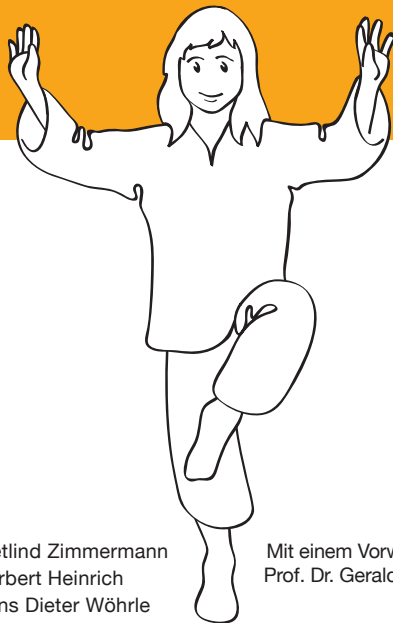
Die mehr als 120 Übungen haben sich seit vielen Jahren in der Arbeit mit Kindern bewährt. Von dynamischen Übungen bis zur stillen Meditation bietet das Buch Erfahrungen für alle Schwierigkeits- und Altersstufen und eine gezielte und gestützte Entwicklung vom Einfachen zum Komplexen. Es ermuntert Schüchterne, ihr Selbstbewusstsein zu finden, „Rabauken“, auch die Ruhe zu genießen, und alle Kinder und Jugendliche, ihre Balance zu entdecken, zu entwickeln und zu bewahren.

Fundiertes Hintergrundwissen sowie ein pädagogischer und didaktischer Teil ergänzen den praktischen Teil, sodass ein sicheres Anleiten der Übungen in Jugend- und Kindergruppen möglich ist, sei es im Verein, in der Schule, im Kindergarten oder in Freizeitangeboten.

24,80 €

ISBN: 978-3-9815249-2-5

**TQ**Verlag



Dietlind Zimmermann  
Norbert Heinrich  
Hans Dieter Wöhrle

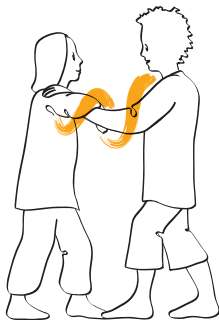
Mit einem Vorwort von  
Prof. Dr. Gerald Hüther

# Kinder in Balance

## Aus dem Inhalt:

### Hintergrundwissen

Wissenswertes aus der neurobiologischen Lernforschung und über den Zusammenhang von körper- und bewusstseinsorientierter Übung und gesunder Entwicklung. Die Grundlagen von Qigong und Taijiquan und welche Aspekte in der Arbeit mit Kindern besonders nützlich sind.



### Unterrichtsgestaltung

Methodisches und Didaktisches: Ethik, Spielregeln, „westliche“ und „östliche“ Pädagogik, Rahmenbedingungen, Ziele...



**Über 120 Übungen und Spiele**  
Begrüßungsrituale, Übungen im Stehen, Gehen, Fallen, Sensorik und Achtsamkeitsspiele, für Balance und Koordination, Partnerübungen, Meditationen, Qigong-Geschichten...



**... und vieles mehr**  
auf über 300 Seiten  
für 24,80 Euro.

Kontaktieren Sie die Autoren,  
geben Sie Feedback, erfahren Sie  
Neuigkeiten über die Buch-Website:  
[www.kinderinbalance-dasbuch.de](http://www.kinderinbalance-dasbuch.de)



Bestellen Sie direkt  
über den Verlags-Shop:

[www.tqj-shop.de](http://www.tqj-shop.de)