

# Körper- und Energiearbeit mit Kindern



- Qigong-Übungen als kindgerechte Bewegungsgeschichten
- Kräftigung, Konzentrationstraining, Entspannung
- AnleiterInnen benötigen keine Vorkenntnisse

Medienpaket  
mit Buch, Übungskarten  
und CD

**Q**igong – das sind Bewegungs- und Energieübungen, die den Körper kräftigen, den Geist beruhigen und die Achtsamkeit kultivieren. Für Kita, Grundschule und Kinderturnen haben die AutorInnen altersgerechte Übungen in fantasievolle Bewegungsgeschichten verpackt, in denen sich die Kinder in Pingüine, Adler, Blumen und andere Wesen aus der Tier- und Pflanzenwelt verwandeln. Bei diesen spielerischen Bewegungsexperimenten verbessern die Kinder ihre Körper- und Sinneswahrnehmung, Koordination und Konzentration. Neben dem Praxisbuch enthält das Medienpaket 30 Übungskärtchen für die Kinder und eine CD mit zwei eingelesenen Bewegungsgeschichten und einfühlsamer Hintergrundmusik. Der/die Übungsanleiter/in braucht keine Vorerfahrung mit Qigong, und schöner Nebeneffekt: er/sie spürt ebenfalls die positiven Wirkungen des Qigongs.



Von 4 bis 10 Jahren

## Qigong mit Kindern, m. Audio-CD

Ausgeglichen und gestärkt mit Übungen und Bewegungsgeschichten.  
Mit Übungskarten und CD

von Zuzana Šebková-Thaller und  
Sabine Schreiner

Format: 19,5 x 17,5 cm, Stülpfachschachtel mit: Praxisbuch 120 Seiten, kartoniert, Audio-CD, mit ca. 70 Minuten Spielzeit, 30 Übungskarten, 9 x 13 cm, beidseitig bedruckt, in Folie eingeschweißt

€ (D) 24,95 | € (A) 25,70  
ISBN 978-3-7698-2394-3

Erscheint August 2018



Dr. phil. Zuzana Šebková-Thaller, ist Leiterin des Qigong-Zentrums Augsburg (Ausbildungs- und Forschungsinstitut für Qigong, Chan Mi Gong und Qigong mit Kindern), Vorstandsmitglied im Deutschen Dachverband für Qigong und Taijiquan (DDQT) und Ausbilderin der ChanMi Gong Gesellschaft. Die Autorin engagiert sich in der Entwicklung des therapeutischen Qigong und hat als erste in Deutschland die Qigong-Praxis speziell für Kinder adaptiert.



Sabine Schreiner, Juristin, ist ausgebildete Qigong-Lehrerin für Kinder, Jugendliche und Erwachsene (Qigong und Chan Mi Gong) und im Vorstand des Deutschen Dachverbands für Qigong und Taijiquan e.V. tätig.

Foto: Christoph Gramann