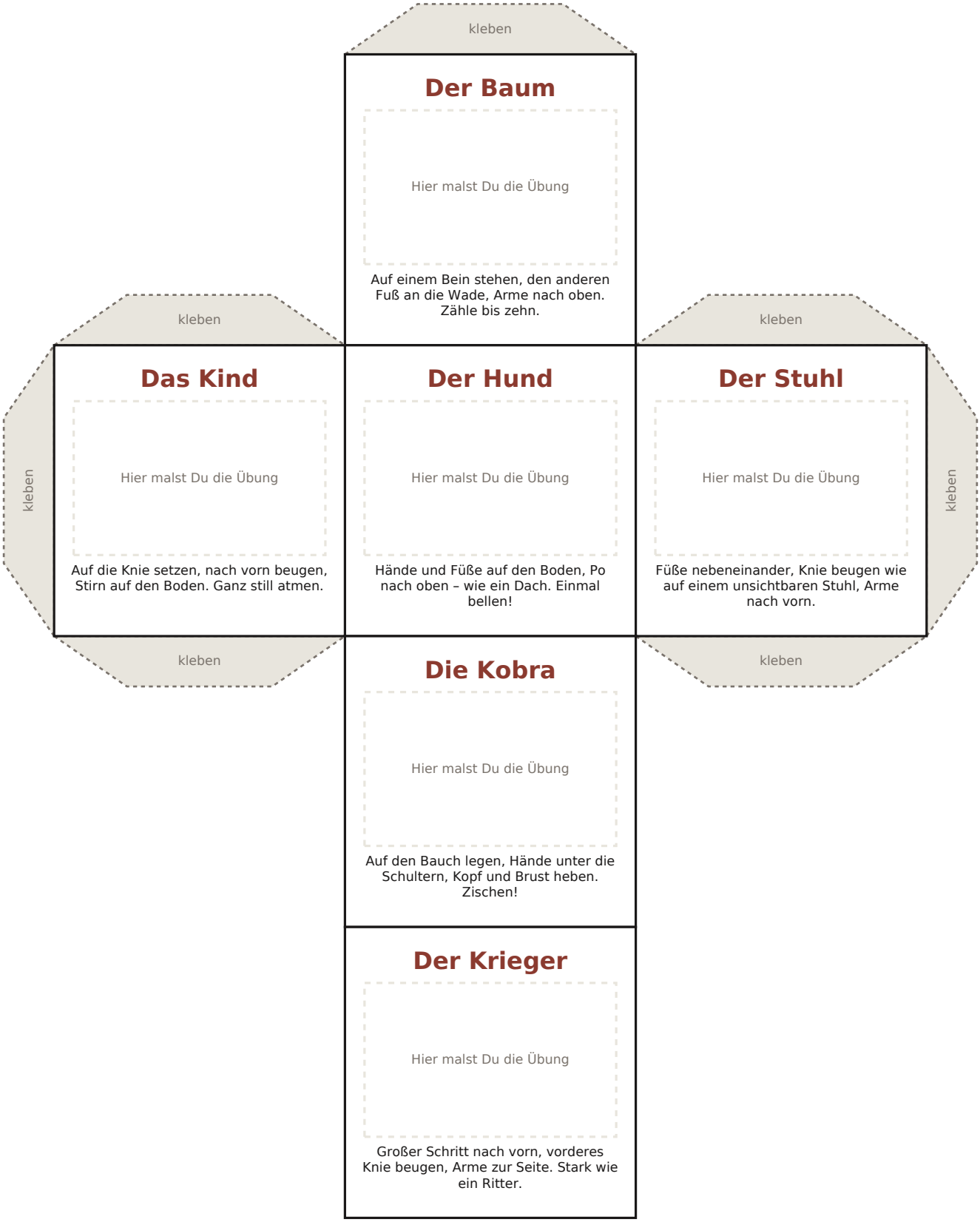
Kinderyoga-Würfel zum Ausdrucken

So geht es: auf festes Papier drucken (am besten 160 g), in jedes Feld die Übung malen, entlang der schwarzen Linien ausschneiden, an den Kanten falten und die grauen Laschen kleben. Spielregel: Wer würfelt, macht die Übung vor – alle machen mit und zählen gemeinsam bis zehn.



Dein eigener Yoga-Würfel

Hier denkt Ihr Euch sechs eigene Übungen aus: Tiere, Bäume, Fahrzeuge – alles geht.
Name hineinschreiben, Bild malen, ausschneiden, falten, kleben. Opa macht im Sitzen mit.

