

Vorwort	4
1. Alle Informationen auf einen Blick	5
2. Braingizer (Gehirnhälftentraining)	9
3. Storygizer (Bewegungsgeschichten)	17
4. Energizer (Spielerische Übungen)	21
5. Fantasiereisen	33
6. Finger-Yoga (Mudras)	41
7. Yoga im Klassenzimmer	55
Anhang	63
Kopiervorlagen.....	63
Übersicht über alle Übungen	70
Lösung.....	71