

Inhalt

Vorwort	6
Yoga, so geht's!	8
Yogageschichten	22
Der kleine Yuma	22
Dschungelabenteuer	26
Finn, der kleine Pirat	30
Sturm im Ozean	34
Wir entdecken den Weltraum	39
Safariabenteuer in Afrika	44
Frieda und die Wiesenparty	49
Spielplatzabenteuer	54
Der Storch Adebar	58
Unser Garten im Herbst	63
Der Esel Pablo	67
Die kleine Fee Violetta und der Sonnengruß	72
Der kleine Sonnengruß	75
ABC der Yogastellungen	77
Die Autorin	96