

Inhalt

Vorwort	2
Aufbau der Yogageschichten	3
Durchführung	4
Einstiegstext (für alle Geschichten)	4

Einstieg



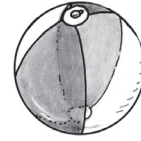
Atemübung	5
Wechselatmung	7

Frühling



Frühlingserwachen	9
Am Teich	11
Beim Leuchtturm	13
Auf dem Bauernhof	15
Ein Tag im Zoo	17
Eine Bahnfahrt	19

Sommer



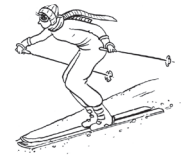
Am Meer	21
Eine Autofahrt	23
Eine Wüstenbegegnung	25
Mausejunges Schnurzelchen	27
Eine Radtour	29
Im Dschungel	31

Herbst



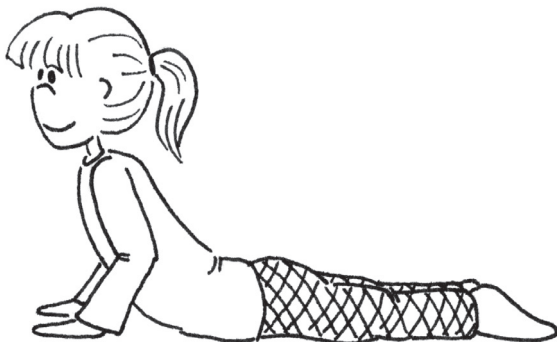
Storchenbeobachtung	33
Ein Tag im Wald	35
Herbstspaziergang	37
Eine Hunderunde	39
Ein Regentag	41
Auf dem Erntewagen	43

Winter



Winteranfang	45
Winterwunderland	47
Wintersport	49
Am Weihnachtsabend	51
Bei den Inuit	53
Bei den Indianern	55

Bildmaterial	57
---------------------	----



I N H A L T

