



Standhaft im Gleichgewicht
Das Familienyoga von Janine (l.) und Shivani (sitzend) in Bern.

Familien-
Sache

Mal Hund und Kobra sein

Yoga macht in jedem Alter Spass. Das lernen die kleinen Yogis im **KINDERYOGA** – spielerisch und vor allem ganz schnell. Kein Wunder, sind doch viele Yogaübungen nach Tieren benannt. Und das verstehen Kinder wie von selbst.