



INTRODUCTION TIL YOGA-LEG	1
AKTIVITETSFORSLAG	4
VEJLEDNING TIL CHIFFON TØRKLÆDER	5
VEJLEDNING TIL HOBERTMAN SPHERE	6
VEJLEDNING TIL MANDALA	8
VEJLEDNING TIL ANDRE LEGE OG REKVISITTER	10
VEJLEDNING TIL KLANSKÅL	12
VEJLEDNING TIL GLIMMER-GLAS/MINDJAR	13
VEJLEDNING TIL YOGA ABC FOR BØRN	14
SANG: "SE, NU STIGER SOLEN"	15
REMSE: "SOLHILSEN I BØRNEHØJDE"	16
LÆREPLANSTEMAER – SKEMA (KOPIARK)	17