BLUE MARBLE HEALTH Kids

Ein Präventions- und Nachhaltigkeitsprojekt
der Betriebskrankenkassen
www.bluemarblehealth.de/kids/

gefördert durch:
mkk
meine krankenkasse

Der Hund

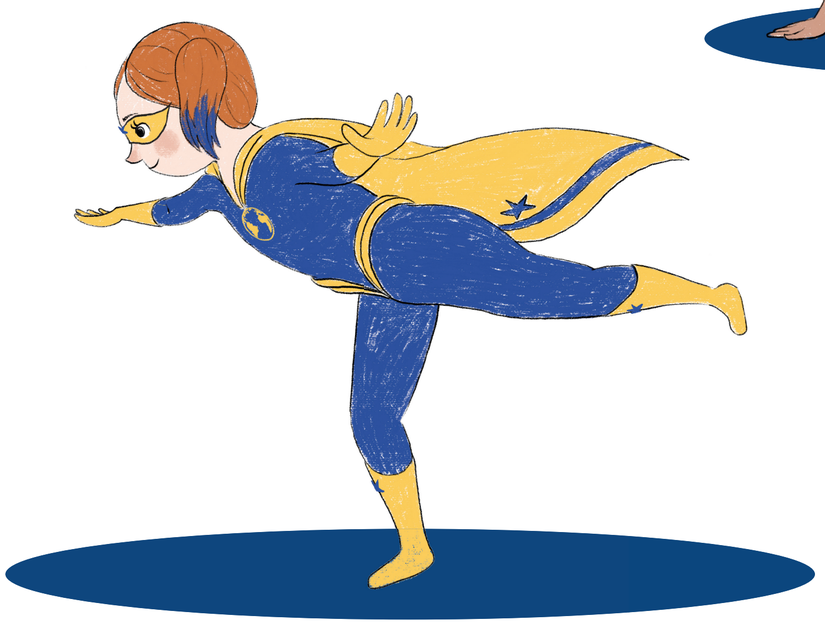
Die Superhelden

Das Boot

Die Sonnenatmung

Der Baum

Der Löwe



Das Flugzeug

Übungsvideos

Zu allen Übungen gibt es Inspiration zur Durchführung und fachkundige Hinweise zur sicheren und effektiven Anleitung von unserer Expertin.

Yogasong

Hier entlang zum Track: „Atme ein“.

Ein stimmungvoller Einstieg in eure Yoga-Einheit!

Yoga mit der Superheldin BLUE!