



Se animationsvideoen ved at scanne QR koden her

IDETYPE:

Motorik og sanser

ALDERSGRUPPE:

Fra 12 år

REKVISITTER:

En stol.

ANTAL:

1 el. flere

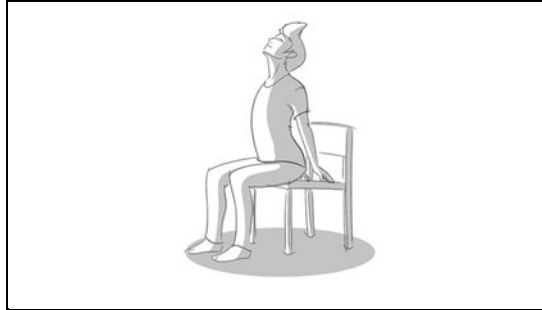
VARIGHED:

Ca. 15 minutter

A-Sport Yoga Udskoling - del 4:

Vi er nået frem til stole-yoga. Yoga kræver ikke en masse plads, og i stedet for yoga-måtter kan I bruge borde og stole.

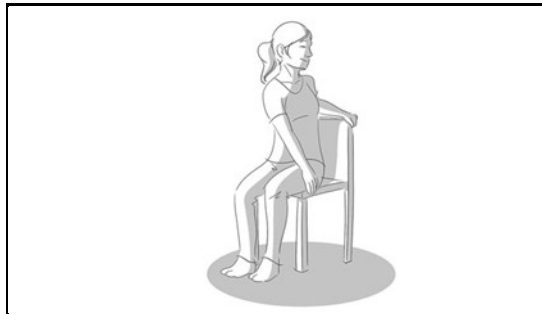
SÅDAN GØR DU:



1



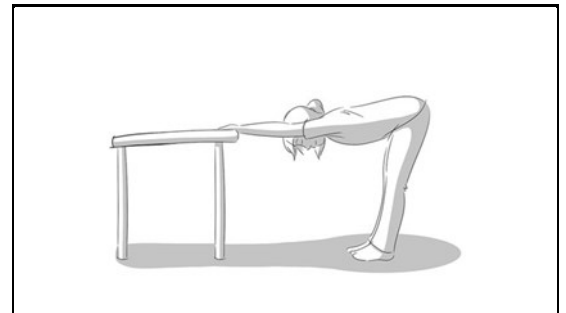
2



3



5



6

