



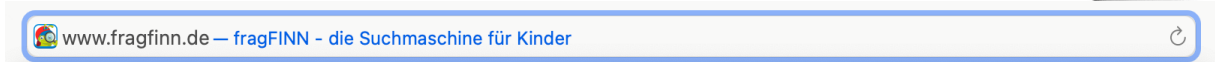
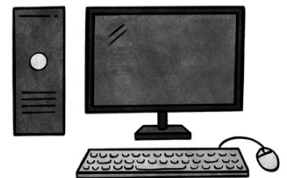
# Kinderyoga

In der Geschichte „Die Königin mit Kopfschmerzen“ haben die Tiere einige Ideen, die Königin von ihrem Leiden zu befreien. Unter anderem schlagen sie ihr vor, **Kraft- und Entspannungsübungen** zu machen. Hast du schon einmal Entspannungsübungen gemacht?



Heute kannst du **Kinderyoga** ausprobieren! Mit Hilfe von Yoga kannst du ausgeglichener und entspannter werden und dich rundum wohlfühlen. Du tauchst ein in fantasievolle Geschichten und nimmst verschiedene Positionen ein. Probier es doch einfach aus!

1. Öffne die Suchmaschine [www.fragfinn.de](http://www.fragfinn.de)  
– Gib die Internetadresse [www.fragfinn.de](http://www.fragfinn.de) in den Browser ein.



2. Suche nach Inhalten.  
– Tippe in das Feld **Kinderyoga** ein und klicke dann auf **FINN fragen**.



- Klicke auf das **zweite** Suchergebnis **Kinderyoga – Aumio**.
- Du landest auf der Seite **Kinderyoga zum Mitmachen**.
- Suche dir eines der Videos aus, schau es dir an und mach mit.

3. Alternativ kannst du auch einfach diese QR-Codes mit deinem Handy oder Tablet scannen.



Video 1:  
Deine Yoga Reise



Video 2:  
Inselwelt



Video 3:  
Tierisch rennen