

Jóga pro tebe - Rebecca Rissmanová

Autor: Bc. Iveta Kratochvílová

Číslo: roč. 3, č. 2/2017

Rubrika: Doporučujeme

Klíčová slova:

knižní tipy

Jóga je v poslední době opět velice v kurzu. Svědčí o tom i větší množství takto zaměřených a nově vydaných publikací, stejně tak poptávka po této tematicce v knihovně. **Pro děti a začínající s jógou** je výborným pomocníkem kniha [Jóga pro tebe](#). Je v ní přehledně vysvětleno, **co to jóga vůbec je, proč je dobré ji cvičit a v čem nám může být prospěšná**. Kniha navíc obsahuje hezké ilustrace jednotlivých cviků včetně jejich názvů a krok za krokem vysvětluje, jak daný cvik provést. Publikace obsahuje na konci i slovníček a rejstřík jednotlivých pojmů, stejně tak i zajímavé odkazy týkající se jógy všeobecně.



Ukázka z knihy

- [ukázka ke stažení](#)

Zdroj

RISSMAN, Rebecca. *Jóga pro tebe*. Praha: Fragment, 2017. 64 s. ISBN 9788025330043.

Citace

KRATOCHVÍLOVÁ, Iveta. Jóga pro tebe - Rebecca Rissmanová. *Impulsy: Inspirace, náměty a trendy dětského čtenářství* [online]. roč. 3, č. 2/2017 [cit. 2017-06-01].

Dostupný z WWW: impulsy.kjm.cz/impulsy-clanek/joga.

ISSN 1804-4255.