

Der Yoga-Schmetterling

Ganz besonders auf die eigene Gesundheit achten, hieß es an der Grundschule Pettendorf-Pielenhofen in der Woche der Gesundheit und Nachhaltigkeit. Die Zweitklässler taten dies mit einer Yogaeinheit. Aufgeteilt in Zehnergruppen durften die Kinder unter Anleitung von Yogalehrerin Katharina Gruber verschiedene Tiere darstellen. Beim Schmetterling mussten im Sitzen Arme und Beine gleichzeitig bewegt werden. Aber auch der Baum und die eigene Umarmung gehörten zu der Yogaeinheit dazu.

Es war ein besonderer Schultag mit außergewöhnlichen, nicht alltäglichen Körperbewegungen. Vielleicht haben einige Kinder die eine oder andere Yogaübung in ihren Alltag integriert.