

Name: _____

Klasse: _____

Datum: _____

ARBEITSBLATT ÜBER YOGA

1. Was ist Yoga?

2. Wie kann Yoga dem Körper helfen?

3. Was sind die geistigen Vorteile von Yoga?

4. Was bedeutet "Pranayama" im Yoga?

5. Wie oft sollte ich Yoga machen?

6. Was ist ein "Asana" im Yoga?

7. Brauche ich spezielle Ausrüstung, um Yoga zu machen?

8. Gibt es verschiedene Arten von Yoga?

Aufgaben

1. Beantworte die Fragen über Yoga mithilfe des Internets!
2. Vergleiche deine Antworten mit denen einer Mitschülerin oder eines Mitschülers!
3. Tauscht euch in eurer Klasse über eure Lösungen offen aus und ergänzt wichtige Infos!
4. Stellt weitere interessante Fragen zum Thema und versucht sie zu beantworten!