

HEYNE <



Traudl & Walter Reiner

YOGA FÜR KATZEN

Originalausgabe

WILHELM HEYNE VERLAG
MÜNCHEN

*Für Müschi,
Mäinzi
und Jackie*



Penguin Random House Verlagsgruppe FSC® N001967

25. Auflage

Copyright ©1989 by Autor
und Wilhelm Heyne Verlag, München,
in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH,
Neumarkter Straße 28, 81673 München
Umschlaggestaltung: Nele Schütz Design, München
Druck und Bindung: PBTisk a.s., Pribram
Printed in Czech Republic

ISBN: 978-3-453-03325-2

www.heyne.de

»Übe Yoga-Asanas,
Pranayama und Meditation
und werde eine
geschmeidige, erfüllte
und weise Katze.«

Swami Schnurrinananda





Felix



May Ling



Jackl



Sir Henry

Schnurri

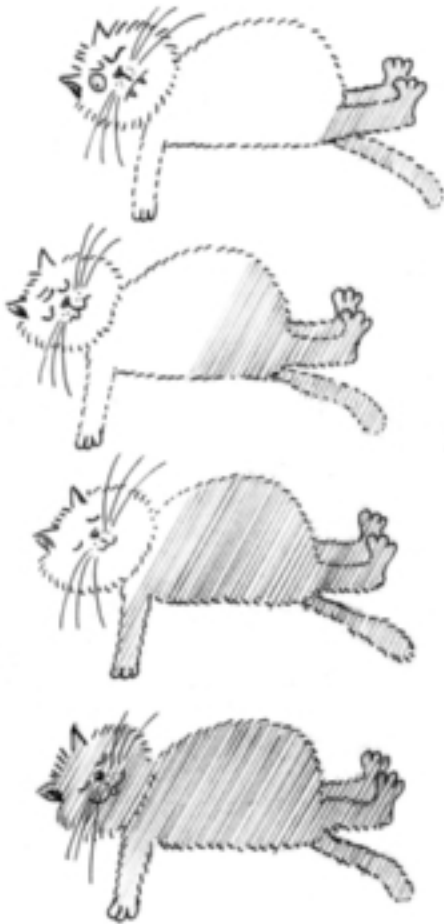


Blacky



*Wir danken der Vorsitzenden
des ›Yoga-Katzen‹-Vereins für ihre
freundliche Unterstützung.*

Aufwärm- und Vorübungen



Entspanne zunächst Pfoten und Beine. Dann folgen Unter- und Oberbauch, Nacken, Gesicht und schließlich die feinen Muskeln der Sinnesorgane.

Entspannung und Konzentration



Rückenübungen

