

## על הספר: ספר היוגה הראשון שלי(מרכזית)

מחברים: מחבר/ת: מרטל, סופי, מחבר/ת: טפין, מארי-הלן

סימן מדף: מרט

מספר מיון: נ

משפט אחריות: סופי מרטל ומארי-הלן טפין ; איורים: איזבל שרבונו ; תרגמה מצרפתית וניקדה: סיגל גפן

כותר נוסף: ספר היוגה הראשון שלי : לילדים בני שלוש ומעלה

מדיה: ספרים

סוג: עיון ילדים ונוער

עמודים: 35 עמודים

גובה: 25 ס"מ

מוציאים לאור: ידיעות אחרונות - ספרי חמד מקום הוצאה: ראשון לציון, סנטלה הוצאה לאור

שנת הוצאה: 2026

מסת"ב: 9789659327218

מס. המרכז לספריות וספרות: 26-0684

שפה: עברית

סדרה: ספר ה...הראשון שלי

תאריך קטלוג: 27/04/2026

מילות מפתח: יוגה, ספרי ספרייה אזורית סניף מרכזי

הערות: מנוקד. דפים קשיחים.

### תקציר:

ספר היוגה הראשון שלי מציג בפני הקוראים 40 תנוחות שונות, שכל אחת מהן מיצגת בעל חיים או יסוד טבעי. הילדים והילדות יתנו לחקות את תנוחת הצפרדע, הברדלס, הדבורה, הקואלה, הגמל, השמש, הקר ועוד. סופי מרטל היא אשת חנוך וטפול, סופרת ילדים ומתרגמת יוגה. מארי-הלן טפין היא ממייסדות בית הספר ליוגה במונטריאול, קנדה, שם היא מעבירה שעורי יוגה הן למבגרים והן לילדים. -- מהכריכה האחורית.