REHORULI®



Jonglieren lernen mit Erfolgsgarantie

Jonglier-Artikel



REHORULI® ist ein weltweit einzigartiges Jonglier-Lernsystem, mit dessen Hilfe jeder in verblüffend kurzer Zeit Jonglieren lernen kann. REHORULI® ist Marktführer im Bereich Jonglier-Lernmedien, in 14 Sprachen verfügbar und ist als Buch, Heft, Ringbuch, Tischaufsteller, DVD, eBook und im Web erhältlich.

Alle hier genannten Produkte/Dienste finden Sie im Web:

www.Shop.Jonglierschule.de

Stand: März 2026

Jonglierbälle & Zubehör



	Seite
Jonglierbälle - Größen **L, M/M+, S, XS**	6
Spot-Jonglierball schwarz-weiß	12
Jonglierball Größe **XL**	13
Bavaria-Jonglierset	14
DX-Powerball - Schwere Jonglierbälle ab 450g je Ball	15
Jonglierball-Sets in Geschenk-Box	16
Jonglierbälle selbst bauen mit Luftballons und Leinsamen	17
Jonglier-Sets für Schulen	18
DIY-Jonglierball-Sets für Schulen	19
Ballschachteln und Baumwollsäckchen	20

Weitere Jonglier-Artikel & Aktiv-Spiele



XaXa - 2in1-Ball	21
Rotonda®-Jonglierhut	23
Super Foam-Fangball	24
HaGeKo - Hand-Gehirn-Koordination	25
BiLaMo - BiLaterale Motorik	26
Astrojax MX Sport	27
Therapie-Set „Standard“	28
Therapie-Set „Premium“	29
KlappAcht	30





Jonglierkurse & Workshops



31 Workshop „Neuro-Jonglage“
32 Jonglierkurse für Anfänger in München
33 Geschenk-Gutscheine für Jonglierkurse
34 Jongliertrainer-Ausbildung Gehirn-Wissen & Jonglieren
35 Bewegung gegen das Vergessen - Für aktive Senioren
36 Online-Akademie Jonglieren
37 7-Tage-Probe-Abos für 7,00 €
46 Ballance-Yoga - 3 Workshop-Formate f. Jonglieren & Yoga

Lernmedien, Bücher, eBooks

38 Buch “Jonglieren lernen mit Erfolgsgarantie”
39 Jonglieren lernen mit Jongloro (**DIN A4** Tischaufsteller)
40 Jonglieren lernen mit Jongloro (**DIN A5** Ringbuch quer)
41 **DIN A1**-Poster “Jonglieren lernen”
42 Jonglier-Anleitungen **DIN A6**)- Versch. Sprachen
43 Der dritte und vierte Abwurf
44 Jonglieren & Yoga
46 Ballance-Yoga - Workshop-Formate f. Jonglieren & Yoga
48 JONGLIEREN - Das Mehrzwecktool für unser Gehirn
49 Taschenbuch Jonglieren & Führung
50 Online-Lernprogramm für 4 Bälle



JOKOKO® JOnglieren für bessere KOordination & KOgnition

	Seite
JOKOKO® - Lernprogramm für 1 und 2 Bälle	51
JOKOKO® - Hefte und Ringbuch	52
JOKOKO® - Karten, eBook, Online	53



Angebote für Schulen

REHORULI®-Förderprogramm Jonglieren für Schulen	54
Hilfe zur Selbsthilfe + Praxishandbuch	55

Wissenswertes für Lehrkräfte, Schulleiter und Schulverwaltung gibt es im Web bei **www.Jonglieren.info**



Jonglierschule München
Gabriele & Stephan Ehlers
Lernmedien REHORULI® + JOKOKO®
Telefon: **(089) 17 11 70 36**
Mail: **info@jonglierschule.de**

Alle Preise in diesem Katalog verstehen sich inklusive Mehrwertsteuer zuzüglich Versandkosten. Irrtümer und Preisänderungen vorbehalten.

Jonglierbälle L - 68mm/130g

Handgenähte, samtweiche Jonglierbälle, gefüllt mit Leinsamen in erstklassiger Qualität.



Einzelpreis:
9,50 €

Aufdruck ab 100 Bälle möglich



Liefer-bare Farben:

1-fbg.:
rot
blau
weiß
schwarz
grün
silber
gelb
orange
gold

2-fbg.:
Ab 100 Stck. auf Anfrage



www.BallKalkulator.de

Jonglierbälle M - 51mm/90g

Jonglierbälle (4-Panel) in bester Qualität, gefüllt mit Leinsamen. Einzelpreis: **7,50 €**



Ab
100 Bälle
auch mit
1-fbg. Aufdruck
erhältlich.





Lieferbare Farben:

1-farbig:
rot
blau
grün
gelb

2-farbig:
weiß-rot
weiß-blau
weiß-grün
weiß-gelb

Liefer-
bare
Farben:

1-fbg.:
rot
blau
weiß
grün
gelb
orange
schwarz

Jonglierbälle M+ - 51mm/90g



Handgenähter, glatter Jonglierball (6-Panel). Kunstleder gefüllt mit Leinsamen. Strapazierfähig dank bester Verarbeitung.

Einzelpreis: **7,50 €**



Jonglier-Fußbälle - 51mm/90g

Jonglierbälle im Fußball-Design, d.h. der Ball besteht aus 12 Teilen, genäht in bester Qualität. Damit wird der Ball rund und liegt sehr gut in der Hand. Geeignet für Anfänger und für Fortgeschrittene (4- und 5-Ball-Jonglage). Der Ball ist mit Leinsamen gefüllt. Einzelpreis: **7,90 €**



Lieferbare Farben:

1-fbg.:
rot
blau
grün
gelb
weiß
schwarz

www.Jonglier-Fussball-Jonglierschule.de

Liefer-
bare
Farben:

1-fbg.:
rot
blau
weiß
schwarz
grün
silbern
golden
gelb
orange

Jonglierbälle S - 45mm/70g

Unsere kleinen Jonglierbälle eignen sich ebenfalls bestens für das Jonglieren, sie sind handgenäht, samtweich und mit Leinsamen gefüllt.
Einzelpreis: **6,90 €**

Sie können ab 100 Stück individuell bedruckt werden. Nutzen Sie hierfür unseren Kalkulator im Internet: **www.BallKalkulator.de**



Kleine Bälle XS - 40mm/45g

Die XS-Bälle sind die kleinsten Bälle in unserem Sortiment. Sie sind mit Hirse gefüllt und weniger für das Jonglieren geeignet, da sie hierfür ein wenig zu leicht sind. Insbesondere Jonglieranfänger werden große Mühe haben, damit sicher zu jonglieren. Diese Bälle werden sehr häufig als Give-Away eingesetzt, z.B. auf Messen und Kundenveranstaltungen oder auch für Mitmachaktionen bei Vorträgen (www.motivationsjonglage.de).

Einzelpreis: **1,10 €**

Das Bedrucken dieser Bälle ist ebenfalls ab einer Mindestauflage von 100 Exemplaren möglich.



Lieferbare Farben:

2-fbg.:
weiß-gelb
weiß-blau
weiß-rot
weiß-grün

Liefer-
bare
Farben:

2-fbg:
schwarz-
weiß

www.Spot-Ball.Jonglierschule.de

Spot-Jonglierball schwarz-weiß

Der Spot-Jonglierball ist ein belastbarer 6-Panel-Jonglierball in schwarz-weiss Kombination. Die Bälle sind in den Größen 110g und 130g lieferbar. Die Bälle zeichnen sich durch große Ausgewogenheit und Festigkeit sowie anschmiegsame, leichte Weichheit für ein gutes Gefühl in der Hand aus. Jeder, der den Spot-Ball gegenüber normalen Beanbag-Bällen in den Händen gehalten hat, war überwältigt von der „neuen“ bzw. „anderen“ und hoch angenehmen Oberfläche.

110g-Ball = **9,90 €** 130g-Ball = **11,90 €**



Jonglierball Größe XL (90mm/180g)

Die Bälle sind sehr weich und lassen sich gut werfen und fangen. Einfarbig erhältlich in den Farben rot, gelb, orange, blau, gold. Die Bälle sind sowohl für Anfänger als auch für Fortgeschrittene geeignet.

Preis pro Ball: **11,90 €**

www.XL-Ball.Jonglierschule.de





Lieferbare Farben:

1-fbg:
rot
blau
orange
gold
gelb

Bavaria-Jonglierset

Farben:

weiß-blau

weiß-rot

Jonglier-Anleitung (DIN A6, 36 Seiten, Details s. Seite 42) zusammen mit 3 samtweichen handgenähten Jonglierbällen (Größe M - 4 Panel) im Baumwollsäckchen. Das Bavaria-Set ist in weiß-blau oder weiß-rot lieferbar. Gerne auch mit Anleitung in bayerischer Sprache!

Preis: **29,90 €**



www.Baelle.Jonglierschule.de

DX-Powerball - Schwerer Jonglierball

Der DX-Powerball ist mit Hartguss/Strahlmittel gefüllt, und ist mit seinen 450 g, 750 g oder 1.100 g ein ausgezeichneter Trainingsball zum Jonglieren und zum Training für Muskulatur und Ausdauer.

Preis je DX-Powerball 450g= **21,90 €**
750g= **23,90 €**
1.100g= **26,90 €**



Farben:

1-fbg.:
lila
grün
anthrazit

www.DX-Powerball.Jonglierschule.de

Farben:

1-fbg.:

Große Bälle: blau, grün, gelb und blau, silber, weiß

Kleine Bälle: rot, grün, gelb und blau, weiß, rot

Jonglierball-Sets in Geschenk-Box

Drei Jonglierbälle in weißer Geschenk-Box inkl. Deutschlands meistverkaufter Jonglier-Anleitung (34 Übungen). Auch im Buchhandel erhältlich.



ISBN 978-3-940965-30-1
Große Bälle = blau, grün, gelb



ISBN 978-3-940965-29-5
Große Bälle = blau, weiß, silber

Box mit großen Bällen = 36,90 €



ISBN 978-3-940965-26-4
Kleine Bälle = rot, grün, gelb



ISBN 978-3-940965-49-3
Kleine Bälle = blau, rot, weiß

Box mit kleinen Bällen = 29,90 €

Große Auswahl: **www.Baelle.Jonglierschule.de**

Jonglierbälle selbst bauen mit Luftballons und Leinsamen

Je Ball sind im Lieferumfang ca. 100g Leinsamen und 4 Luftballons sowie die Selbstbau-Anleitung enthalten. Sie brauchen nur noch eine Flasche, einen Klebefilm und einen Trichter (oder Sie rollen ein A4-Blatt zu einem Trichter)... und los geht's.



1 Jonglierball
Preis: **4,50 €**

2 Jonglierbälle
Preis: **8,90 €**

3 Jonglierbälle
Preis: **12,90 €**



Jonglier-Sets für Schulen

Das Jonglier-Set STANDARD ist ein exklusives Angebot für SCHULEN und SPORTVEREINE. Es ist als 10er-Set (30 Bälle), 20er-Set (60 Bälle) oder 30er-Set (90 Bälle) erhältlich. Es beinhaltet Jonglierbälle in der Größe M (Seite 7/8), verpackt in Baumwollsäckchen inkl. Jonglier-Anleitung. Außerdem wird die Jonglier-Anleitung als DIN-A4-Tischaufsteller und DIN A1-Poster mitgeliefert.



10er-Set
149,00 €

20er-Set
289,00 €

30er-Set
429,00 €

Angebot gilt nur für Schulen!

DIY-Jonglierball-Sets für Schulen

Speziell für Schulen haben wir dieses Do-It-Yourself-Angebot. Geliefert werden die passende Menge Leinsamen und Anzahl Luftballons, damit jeder Schüler seine eigenen, strapazierfähigen Jonglierbälle selbst herstellen kann.





Material für	= Anzahl 3-Ball-Sets	Menge Leinsamen	Mit-gelieferte Luftballons	Kaufpreis	Preis pro 3-Ball-Set
51 Bälle	17	5 kg	200	59,90 €	3,52 €
60 Bälle	20	6 kg	240	69,90 €	3,50 €
72 Bälle	24	7 kg	290	79,90 €	3,33 €
84 Bälle	28	8 kg	340	89,90 €	3,21 €
93 Bälle	31	9 kg	380	98,90 €	3,19 €
102 Bälle	34	10 kg	420	105,90 €	3,11 €
261 Bälle	87	25 kg	1.050	139,90 €	2,87 €

Farben:

1-fbg.:
grün
blau
schwarz
gelb
orange
rot
weiß

Baumwollsäcken



Säckchen aus Baumwolle mit Kordelverschluss in verschiedenen Farben.
Format: 22,5 x 16cm

Einzelpreis: **1,90 €**

Weiße Geschenk-Box

Farben:

1-fbg.:
weiß

Für 3 kleine oder große Bälle. 14 x 16,5 x 7cm,
Karton: 450 g/m² - Einzelpreis: **4,50 €**



XaXa - 2in1-Ball

Mit dem äußeren Ball von XaXa (S. 22) kann man eigene Spiele erfinden, indem man ihn mit verschiedenen Objekten kombiniert: Mit einem Luftballon gefüllt mutiert die ballförmige Gummihülle zu einem verblüffenden Sprungball. Ein wassergetränkter Schwamm im Inneren garantiert erfrischende Treffer an einem heißen Sommertag oder gestopft mit einer bunten Strumpfhose fliegt der Ball als Meteor durch die Lüfte.



Preis: **11,90 €**

Farben:

1-fbg.:
Grün
Orange
Lila

www.XaXa-Ball.Jonglierschule.de

Farben:

1-fbg.:
rot
blau
grün

www.XaXa-Ball.Jonglierschule.de

XaXa - 2in1-Ball



2 Bälle in Einem: das bietet Ihnen der innovative „XaXa 2in1-Ball“. Der farbenprächtige Ball begeistert nicht nur Kinder und animiert zu spaßigen Ballspielen. Ebenso eignet sich dieser Ball auch für Jongleure. Der zweiteilige Ball ist besonders robust und liegt hervorragend in der Hand. Das Besondere: den Innenteil kann man nach Belieben wechseln. Einfach den Kunststoffkern entfernen und andere Gegenstände in den Innenball stecken. Schon verändern sich Geräusch und Gewicht und es ist für reichlich Abwechslung beim Jonglieren oder Ballspielen gesorgt.

Preis: **11,90 €**







Rotonda®-Jonglierhut

Der Rotonda®-Jonglierhut ist ein Spiel-, Übungs- und Jongliergerät mit besonderen Herausforderungen. Drei unterschiedliche Bälle für drei Schwierigkeitsstufen werden mitgeliefert. Was geschieht durch Zusammenführen und Spreizen der Finger und/oder Geschwindigkeits- und Richtungsänderungen der Handbewegung? Das Spiel bekommt immer wieder neuen Anforderungscharakter mit verschiedenen Schwierigkeitsgraden. 20 cm ∅ - 3 Bälle inkl. Anleitung.

Preis: **29,90 €**



www.Rotonda-Hut.Jonglierschule.de

Farben:

Liefe-
rung
erfolgt
je nach
Verfüg-
barkeit
im
Lager

Super Foam-Fangball-Set

Der Ball wird an der Leine nach vorne und aufwärts geschaukelt, um ihn dann in dem schaumstoffummantelten Ring aufzufangen. Das kann man von vorne, von hinten und seitwärts ausprobieren... mit der linken und rechten Hand. Der Ring hat einen Durchmesser von 11,5 cm, der Ball 70 mm, Gesamtlänge 38 cm.

Preis: **9,90 €**



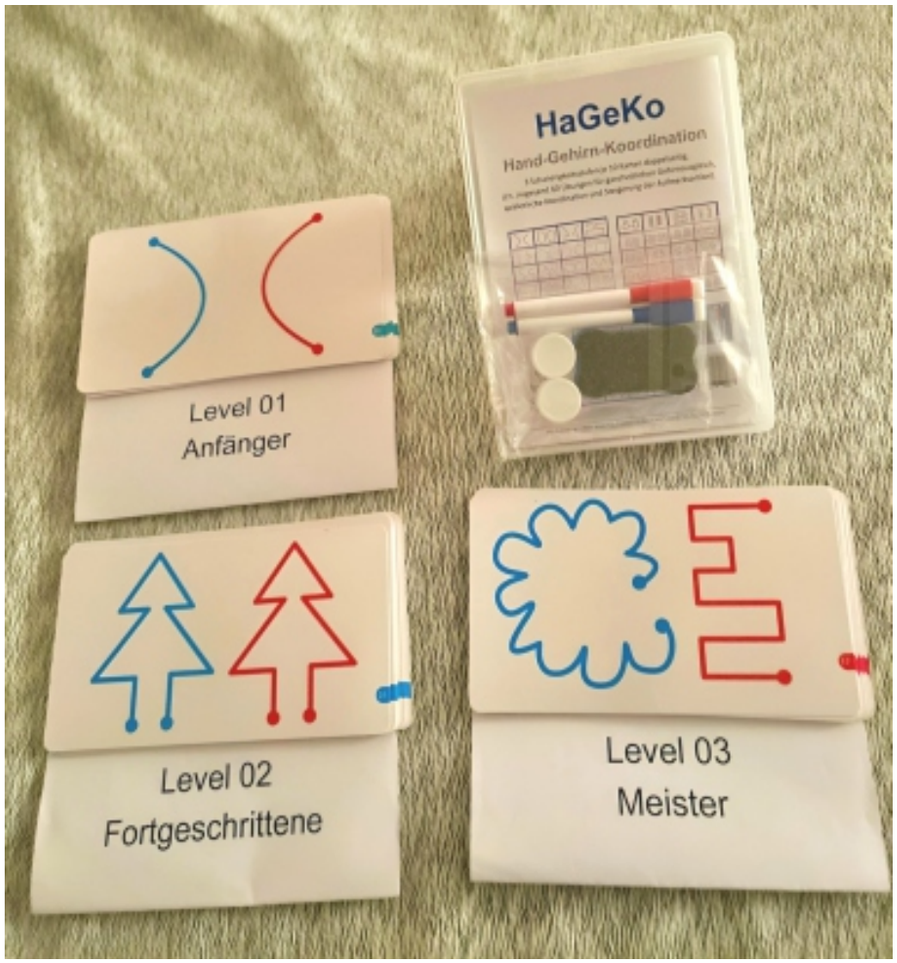
HaGeKo - Hand-Gehirn-Koordination

Ein innovatives Trainingsspiel zur gezielten Förderung der interhemisphärischen Zusammenarbeit des Gehirns. 30 doppelseitig bedruckte Karten (stabiler, glänzender Karton) in drei Schwierigkeitsstufen:

20 Übungen
für Anfänger

20 Übungen
für Fortge-
schrittene

20 Übungen
für Meister



Preis:
29,90 €

Weitere Infos & Video ansehen:
www.HaGeKo.Jonglierschule.de

BiLaMo - BiLatere Motorik

Wenn beide Hände gleichzeitig ein Muster malen, werden beide Gehirnhälften aktiv und besser miteinander vernetzt. Das fördert Koordination, Konzentration, Lernen und innere Ruhe.

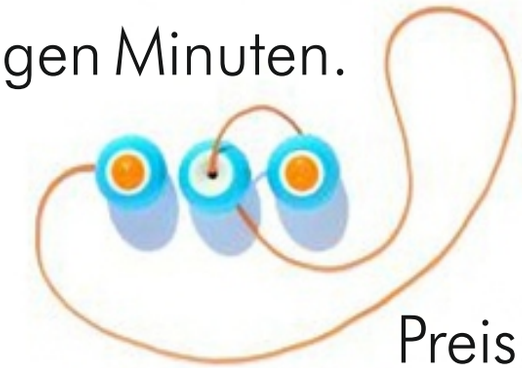
3 Holzbretter:
30cm lang - 15cm breit - 0,7cm hoch
Gewicht je Spielbrett: 125g - Preis **29,90 €**



Weitere Infos & Video ansehen:
BiLaMo.Jonglierschule.de

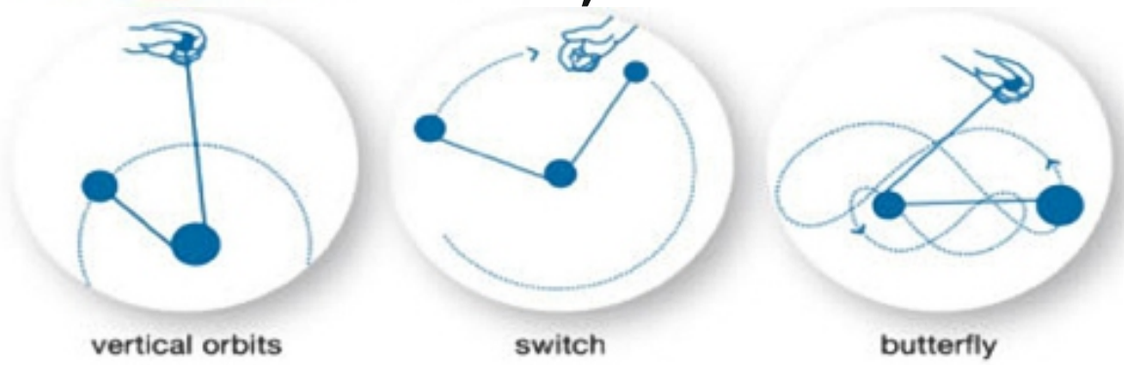
Astrojax MX Sport

Drei Bälle mit speziellen Metallgewichten an einer Schnur werden in Schwingung versetzt und beschreiben dabei komplexe Kreisfiguren im Raum. Mit etwas Übung sind verrückte Tricks möglich. Astrojax ist eine Mischung aus Jonglieren und YoYo. Die Tricks sehen äußerst kompliziert aus, sind aber meistens gar nicht so schwer. Kinder und Erwachsene lernen die Grundtechnik in wenigen Minuten.





Preis: **22,90 €**



www.Astrojax.Jonglierschule.de

Farben:

Rot



Blau



Therapie-Set „Standard“

Speziell für Therapeuten (Physiotherapeuten, Logopäden, Ergotherapeuten, Fitnesstrainern etc.) bieten wir spezielle Therapie-Sets für Koordination & Kognition an. Das Therapie-Set „Standard“ enthält 3 kleine und 3 große Jonglierbälle, 3 weitere Spezialbälle, JOKOKO®-DIN A5-Karten-Sets 1+2 und JOKOKO®-Ringbuch, Jonglieranleitungen im DIN-A6- und DIN-A5-Format sowie 3 Koordinationsspiele.



Preis:
209,00 €

Weitere Informationen:
www.Therapie-Set.Jonglierschule.de

Therapie-Set „Premium“

Das Therapie-Set „Premium“ enthält zusätzlich:

- Rotonda®-Jonglierhut (Koordinationsspiel)
- 1 x DIN-A4-Tischaufsteller Jonglier-Anleitung
- je 3 weitere Jonglierbälle in Größe M + L
- JOKOKO®-DIN A5-Karten-Sets 3+4

Preis: **329,00 €**



KlappAcht Spaß+Spannung für Jung+Alt

Die Kugel läuft in einer Acht, aber nur wenn man die KlappAcht rechtzeitig auf- und zuklappt. Ist die Kugel in der Mitte angekommen, müssen die Hände die KlappAcht auseinander ziehen und eine neue Acht bilden, dann kann die Kugel weiterrollen. Doch Vorsicht, wer zu schnell ist, der klemmt nur die Kugel ein, wer zu langsam reagiert, verliert die Kugel!

Preis: **19,90 €**





Workshop „Neuro-Jonglage“

In diesem Workshop (Dauer: max. 2 Std.) lernen die Teilnehmer Schritt für Schritt das Werfen und Fangen mit 3 Bällen sowie viel über das Gehirn. Der Kurs findet alle 2-3 Monate in München statt, kann aber auch als **Team-Event** gebucht werden. Weitere Informationen:
www.Neurokurs.Jonglierschule.de



Neues erleben, lachen, sich selbst überraschen – und dabei noch etwas fürs Gehirn tun.

Jonglierkurse für Anfänger



Die Jonglierschule München bietet regelmäßig Jonglierkurse für Einsteiger an. Es sind keinerlei Vorkenntnisse erforderlich und es kann jeder kommen, der mindestens 10 Jahre alt ist.



Die Kurse finden in der Jonglierschule München in einem großen Raum statt. Bei schönem Wetter im Garten.

Dauer: 90 Minuten
Erwachsene = **29,00 €** - Kinder bis 14 J. = **19,00 €**

Termine Jonglierschule München (Nymphenburg):

www.Einsteigerkurs.Jonglierschule.de

Geschenk-Gutschein für einen Jonglierkurs



Beschenken Sie sich selbst und oder andere mit einem Gutschein für einen Jonglierkurs für Anfänger (Dauer 90 Min.), bei einem zertifizierten REHORULI®-Jongliertrainer. Gerne senden wir Ihnen einen oder mehrere Geschenk-Gutscheine kostenfrei zu. Erwachsene zahlen **29,00 €**, Kinder (10 bis 14 Jahre) nur **19,00 €**.

www.Gutschein.Jonglierschule.de

REHORULI® ist mit seinem Jonglierkurs Exklusiv-Partner bei Jochen Schweizer. Mit der „Erlebnisbox für Lebenslustige“ erhält der Beschenkte neben dem Jonglierkurs zusätzlich noch drei professionelle Jonglierbälle im Baumwollsäckchen inkl. Jonglier-Anleitung.

JOCHEN SCHWEIZER
Du bist, was du erlebst.

Preis: **49,90 €**

Jongliertrainer-Ausbildung



An nur **1 Tag** bilden wir Sie zum zertifizierten REHORULI®-Jongliertrainer aus. Im Mittelpunkt steht das praxiserprobte Jonglier-Lernsystem REHORULI®. Es ist weltweit das einzige Lernsystem, das systematisch vorgeht (34 Wurf- und Fangübungen) und aktuell in elf Sprachen verfügbar ist. Bereits über 60 zertifizierte REHORULI®-Jongliertrainer sind derzeit aktiv und setzen das Jonglieren u.a. in den Bereichen **Führung & Motivation, Gesundheit** sowie **Weiterbildung & Didaktik** ein.

Die Ausbildung kann in 4 x 2 Std. online absolviert werden zzgl. 2 Einzelcoaching-Session via ZOOM. Darüber hinaus gibt es auch Tagesworkshops in München. Der Preis beträgt 249,00 € inkl. ausführlicher Dokumentation. Frühbucher zahlen nur **199,00 €.**

www.Trainerworkshop.Jonglierschule.de

Bewegung gegen das Vergessen

Ein Workshop für aktive Senioren

Der Kurs bietet „Kopfkino Deluxe“: Schon nach wenigen Minuten merkt man, wie das Gehirn auf Hochtouren läuft. Es wird zwischen Wurf- und Fangübungen mit 1 und 2 Bällen und aktuellen Erkenntnissen der Neurobiologie abgewechselt. Die Teilnehmer lernen, wie man zuverlässig Demenz und Alzheimer-Krankheiten vorbeugen kann. Preis: **49,00 €** pro Teilnehmer



www.eBook-Demenz.Jonglierschule.de
www.Workshop-Demenz.Jonglierschule.de

Online-Akademie Jonglieren

In Deutschlands größtem Jonglier-Lernportal für Anfänger und Fortgeschrittene werden Sie sicher fündig. Sie können sowohl einzelnen Tricks aufrufen, in der Rubrik „Kostenfreie Videos“ stöbern oder gezielt Online-Kurse auswählen für das Jonglieren mit 3 oder 4 Bällen.



Für Jonglier-Anfänger und Profis

Für 1 Woche, also 7 Tage erhalten Sie den Direktzugang zur Online-Akademie Jonglieren und können 24/7 für nur **7,00 €** viele neue Tricks lernen.

Einfache und mittelschwere Tricks:



Mittelschwere und schwere Tricks:



Am besten bei Online-Akademie-Jonglieren.de „7 Tage“ in der Suche eingeben.

www.Online-Akademie-Jonglieren.de

REHORULI® - Jonglieren lernen mit Erfolgsgarantie

Die REHORULI®-Bücher sind weltweit die einzigen Jonglier-Lernbücher mit einer 100%-Geld-zurück-Garantie, mit deren Hilfe man in sehr kurzer Zeit das Jonglieren mit 3 Bällen lernen kann.
Broschiert, 140 S., 170 Illustrationen, **14,90 €**





Jonglieren lernen mit Jongloro

Format DIN A4 quer - Tischaufsteller



In diesem Tischaufsteller sind alle Wurf- und Fangübungen gut im DIN A4-Querformat sichtbar. Beste Verarbeitung, stabiles Bilderdruckpapier.

ISBN 978-3-940965-83-7

Preis: **14,90 €**

Jonglieren lernen mit Jongloro

Format DIN A5 quer - Spiralbindung

Jongloro präsentiert 34 REHORULI®-Wurf- und Fangübungen, mit dessen Hilfe Sie erfolgreich das Jonglieren mit drei Bällen lernen. Sehr gute Verarbeitung, 170 farbige Abbildungen auf Bilderdruckpapier, stabil verarbeitet mit Spiralbindung.

ISBN 978-3-940965-86-8 Preis: **9,90 €**



DIN A1-Poster
“Jonglieren lernen mit Jongloro”

Das erfolgreiche Jonglier-Lernprogramm als Poster im DIN A1-Format! Alle 34 Wurf- und Fangübungen auf einem Blick.

Preis: **9,90 €** Mit stabilem Klapprahmen: **39,90 €**

84,1 cm breit (x 59,4 cm hoch)



www.Anleitungen.Jonglierschule.de

Jonglieren lernen mit Jongloro

Die 36-seitige Broschüre ist mit witzigen Zeichnungen der Comic-Figur Jongloro illustriert. Format **DIN A6**, 36 Seiten.

Deutsch
ISBN 978-3-940-965-11-0
Englisch
ISBN 978-3-940965-53-0
Französisch
ISBN 978-3-940965-60-8
Russisch
ISBN 978-3-940965-61-5
Spanisch
ISBN 978-3-940965-84-4
Chinesisch
ISBN 978-3-940965-82-0
Ungarisch
ISBN 978-3-940965-62-2
Japanisch
ISBN 978-3-940965-66-0
Italienisch
ISBN 978-3-940965-65-3
Türkisch
ISBN 978-3-940965-85-1
Ukrainisch
ISBN 978-3-947104-92-5





Preis: je **6,90 €**

www.Anleitungen.Jonglierschule.de

Der dritte und vierte Abwurf...

Der dritte und vierte Abwurf mit drei Bällen macht gerade zu Beginn viele Probleme. Diese Broschüre setzt genau dort an. Sie gibt wertvolle Tipps, was genau beim Werfen und Fangen zu tun ist, um erfolgreich drei Bälle werfen und fangen zu können. Ziel ist es, 3 Abwürfe nacheinander erfolgreich zu werfen und die Bälle auch wieder zu fangen.

Dieses Heft (20 Seiten) ist KEINE Jonglier-Anleitung, sondern eine Ergänzung zu den RE-HORULI®-Jonglier-Anleitungen.



ISBN 978-940965-87-5
Heft (20 S.) **3,90 €**

ISBN 978-940965-89-9
eBook (20 S.) **2,99 €**

Jonglieren & Yoga ...

Auf den ersten Blick haben Jonglieren und Yoga nichts miteinander zu tun. Doch im Kern folgen Sie denselben Wirkprinzipien.

Yoga

arbeitet mit Körperwahrnehmung, Atem, innerer Sammlung und langsamer Bewegung.

Jonglieren

ergänzt diese Praxis mit rhythmischer Bewegung, Koordination beider Körperhälften und visueller Aufmerksamkeit.



Zusammen entsteht:

Achtsamkeit in Bewegung.



Yoga reguliert das Nervensystem und Jonglieren trainiert seine Anpassungsfähigkeit. Deshalb ergänzt das Jonglieren die Yoga-Praxis sehr gut.

... Video, Buch, eBook und Web

In dem folgenden Video werden die Gemeinsamkeiten von Jonglieren und Yoga anschaulich dargestellt und erklärt.
www.Video-Yoga.Jonglierschule.de

In dem Buch „Jonglieren & Yoga“ wird erstmals systematisch gezeigt, wie Jonglieren und Yoga als gleichwertige Körper-Geist-Übungssysteme wirken.
Format DIN A5, 130 Seiten
Buch = **19,90 €**
eBook = **14,99 €**



www.Buch-Yoga.Jonglierschule.de

www.eBook.Yoga.Jonglierschule.de

Web: **www.Yoga.Jonglierschule.de**

Ballance-Yoga

Yoga reguliert das Nervensystem und Jonglieren trainiert seine Anpassungsfähigkeit.

Jonglieren fördert zudem Aktivierung, Konzentration und Lockerheit. Wichtig zu wissen für die Yoga-Praxis: **Man muss nicht Jonglieren können**, denn Übungen mit 1 oder 2 Bällen reichen völlig aus. „Ballance-Yoga“ verbindet Yoga und Jonglieren zu einem Training für **Koordination**, **Achtsamkeit** und **Selbstregulation.**

Ballance Yoga Basic

Einstieg & Grundlagen

Dauer: 2-3 Std.
Preis: 69.00 €

Struktur: Zentrierung, 1-2 Ball-Übungen, Drishti-Aufmerksamkeit, einfache Sequenzen, Integration.
Ziel: Grundprinzipien erleben und erste Übungen für Yogastunden lernen.

Ballance Yoga Therapy

Selbstregulation & Therapie

Dauer: 3-4 Std.
Preis: 99.00 €

Struktur: Nervensystem-Input, sanfte Übungen, Atem & Wahrnehmung, therapeutische Anwendung, Reflexion.
Ziel: Grundprinzipien erleben und erste Übungen für Yogastunden lernen.

Ballance Yoga Trainer

Gehirn & Koordination Bewegung & Rhythmus Yogapraxis-Integration

Dauer: 1 Tag
Preis: 199.00 €

Struktur: Neuro-Einführung, Koordinationsübungen, Aufmerksamkeitstraining, Didaktik + Praxis für Jongliertrainer, Bewegungssequenzen, Partnerübungen, Transfer.
Ziel: Konzentration, Koordination und Neuroplastizität fördern Bewegung, Rhythmus und Koordination in die Yogapraxis integrieren, Zertifizierung zum Jongliertrainer möglich.

JONGLIEREN - das Mehrzweck-Tool für unser Gehirn



Taschenbuch - 170 Seiten

Es gibt viele wissenschaftliche Belege dafür, dass über das Jonglieren verschiedene Gehirnareale aktiviert werden und sich positiv auswirken auf

- Lese-/Rechtschreibschwäche
- Lernmotivation + Aufmerksamkeit
- Konzentration + Gedächtnis
- Vorbeugung von Demenz/Alzheimer

Dieses Buch erklärt, wie, wo und warum das Jonglieren im Gehirn wirksam ist.

Taschenbuch **9,90 €**
ISBN 978-3-98854-009-6

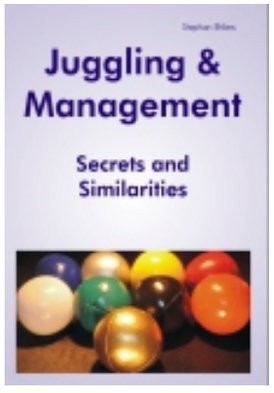
eBook **7,99 €**
ISBN 978-3-98854-010-2

Jonglieren & Führung



Führung und Jonglieren haben viel mit Erfolg, Vertrauen, Veränderungsprozessen, Zielsetzung, Wahrnehmung und Flexibiltät zu tun.
Unbewusst arbeiten Führungskräfte beim Jonglieren an ihrer Haltung, ihrem Zugang oder ihrer Distanz Neuem gegenüber, an ihrer Energie und ihrer Veränderungsbereitschaft.
Taschenbuch, 60 Seiten

Buch ISBN 978-3-940965-79-0 **7,90 €**
eBook ISBN 978-3-940965-76-9 **4,99 €**



<u>Auch in Englisch lieferbar:</u>

Buch ISBN 978-3-940965-96-7 **7,90 €**
eBook ISBN 978-3-940965-99-8 **4,99 €**

Online-Lernprogramm für 4 Bälle

Ein Online-Kurs für alle, die 3 Bälle jonglieren können, aber (noch) nicht 4 Bälle. In 30 Video-Tutorials lernen Sie Schritt für Schritt, wie Sie Ihr Können von 3 Bälle auf 4 Bälle erweitern/verbessern können. In den ersten zehn Video-Tutorials geht es um versch. Infos und Übungen mit 3 Bällen, um die Voraussetzungen/Grundlagen für die 4-Ball-Jonglage zu schaffen. Danach widmen wir uns dann Ihrer 4-Ball-Jonglage und in 10 weiteren Video-Tutorials lernen Sie Ihre 4-Ball-Jonglage zu stabilisieren sowie ein paar Varianten und Tricks mit vier Bällen.



Preis:
19,95 €

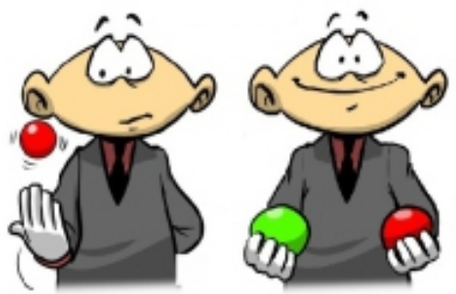
JOKOKO® - JOnglieren für bessere KOordination & KOgnition

JOKOKO® beinhaltet originelle Wurf- und Fangübungen mit 1 und 2 Bällen. Ein toller Spaß für Jung und Alt, der für Bewegung sorgt, vor allem im Gehirn! JOKOKO®-Set 1 und JOKOKO®-Set 2 sind für absolute Anfänger (ab 5 Jahren) sehr gut geeignet. Sie werden viel in KITAS, Schulen und Altenpflege-Einrichtungen eingesetzt. Die JOKOKO®-Sets 3 und 4 sind mittelschwere und schwere 2-Ballübungen, die auch für 3-Ball-Jongleure anspruchsvolle Aufgaben darstellen.

JOKOKO® gibt es als

- DIN A5-Ringbuch
- DIN-A5-Hefte
- DIN-A5-Karten
- eBooks
- Online-Video-Tutorial

JOKOKO
JOnglieren für bessere KOordination und KOgnition



www.JOKOKO.Jonglierschule.de

JOKOKO® - Hefte und Ringbuch

Die JOKOKO®-Hefte und das Ringbuch sind im DIN A5-Format erhältlich.



Das Ringbuch enthält alle 77 JOKOKO®-Übungen. Stabile Wire-O-Ausführung, jede Karte = 250g-Karton
Preis: **39,90 €**



Die Hefte sind auf 170g-Papier gedruckt und können einzeln (Set 1, 2, 3, 4) bezogen werden
Je Heft: **7,90 €**

JOKOKO® - Karten, eBook, Online

Die JOKOKO®-Karten werden häufig in Schulen und in Trainings verwendet, weil sie sehr flexibel einsetzbar sind. Die Kartenrückseiten (grün = einfache Übung, blau = mittelschwer, rot = schwere Übung) geben zusätzliche Gestaltungsspielräume.
Preis je Karten-Set **19,90 €**
Lieferung in stabiler transparenter Box



JOKOKO-eBooks kosten **7,49 €** je Set

Bei der Online-Variante wird jede Übung im Video gezeigt/erklärt und zusätzlich gibt es jeweils eine PDF-Datei - Preis **14,95 €** je Set

Förderprogramm für Schulen

Wir fördern das Jonglieren in Schulen. Egal, ob Grund-, Real- oder Mittelschule, Gymnasium oder Berufsschule. Nutzen Sie die Vorzugskonditionen und Sonderangebote für Schulen. Wir wollen, dass das Jonglieren in den Schulen stattfindet! Nachfolgend ein Beispiel:

Beim **Super-Sparpaket** werden alle 71 Wurf- und Fang-Übungen als Video, eBook (PDF + EPUB) sowie als gedruckte Anleitungen geliefert!

Preis: **29,90 €**
statt 85,90 €



Alles Wissenswerte für Lehrer/Schulen gibt's hier:

www.Jonglieren.info

Hilfe zur Selbsthilfe

Wir bzw. einer unserer 60 JongliertrainerInnen kommt max. ein oder zwei Mal in Ihre Schule. Danach können und werden Sie alles Erforderliche wissen und selbst erfolgreich in Ihrer Schule durchführen können.



Praxishandbuch für Schulen

Umfang 212 Seiten inkl. 20 Seiten "Glossar Gehirn", in dem 68 Fachbegriffe aus dem Bereich Gehirn-Wissen erklärt werden.
Buch **29,90 €** eBook **25,99 €**



www.Schulbuch.Jonglierschule.de

www.Jonglierschule.de

Jonglieren im Web

Jonglierbälle: www.Baelle.Jonglierschule.de
Jonglierkurse: www.Kurse.Jonglierschule.de
Lernmedien: www.Anleitungen.Jonglierschule.de

Jonglieren in Schulen:
www.Jonglieren.info

Jonglieren & Yoga:
www.Yoga.Jonglierschule.de

Physiotherapeuten
www.Physio.Jonglierschule.de

Ergotherapeuten
www.Ergo.Jonglierschule.de

Online-Akademie Jonglieren
www.Online-Akademie-Jonglieren.de

Jonglier-Events: www.Jonglier-Event.de

Jonglierschule München
Gabriele & Stephan Ehlers
Lannerstr. 5 - 80638 München
Telefon +49 (0)89 17 11 70 36
eMail: info@Jonglierschule.de

www.Shop.Jonglierschule.de