

Yoga für Kinder

BEAUTY / WELLNESS



„Es ist wichtiger, Kinder glücklich zu machen, als durch Kinder glücklich zu werden.“ (Walter Bärtsch)

In unserer hektischen und schnelllebigen Zeit gehören gestresste Menschen fast schon zur Norm. Leider betrifft dies immer häufiger auch Kinder. Viele Kinder sind

durch ständige Reizüberflutung und durch Bewegungsmangel in ihrer Körperbeweglichkeit, Konzentration sowie ihrem gesamten Leistungsvermögen eingeschränkt. Ihr Selbstwertgefühl, ihr Vertrauen in die eigenen Fähigkeiten leidet. Sie entwickeln dann schnell Ersatzmechanismen, mit denen sie Stärke vortäuschen, um Anerkennung zu finden.

Die Teilnehmer erleben in dieser Fortbildung kindgerechte Bewegungs-, Wahrnehmungs- und Ruheübungen aus dem Yoga.

Kinder lernen auf spielerische Art, Ruhe und Gelassenheit zu finden und Stress abzubauen - einen Weg zur inneren Ausgeglichenheit. Sie werden durch den/die geschulten/e KinderyogalehrerIn mit Spielen, Geschichten und Sprechversen einfühlsam motiviert.

Aus dem Inhalt:

- Unterschied Kinderyoga - Yoga für Erwachsene
- Was kann Yoga für Kinder bewirken?
- Warum ist es absolut sinnvoll und was kann es im Tagesablauf bewirken?
- Wie kann ich Kinderyoga im Tagesablauf integrieren?
- Worauf muss ich achten?
- Wie gestalte/plane ich eine Yogastunde für Kinder?
- uvam.

Diese Fortbildung richtet sich an Erzieher/innen, Lehrer/innen, Eltern, Pädagogen/innen und Therapeuten/innen sowie alle Interessierten, die Kinderyoga unterrichten möchten.

Dozent/in Britta Fuchs: Geb. 1964, gelernte Tischlerin und Studium mit Abschluss Ing. für Holztechnik. Nach 28 Jahren Arbeit im Beruf und im Handel folgte 2014 die Ausbildung zur Yogalehrerin an der Paracelsus-Schule - der Grundstein für ihre Yogalehrertätigkeit. Anschließend folgten in Hormon- und Faszien-Yoga, Atemkursleiterin, Yoga des Herzens, Svastha-Yoga, Yoga für Senioren und Fußreflexzonen-therapie. Seit 2016 eigene Praxistätigkeit mit Kassenzulassung und selbstständige Yogalehrerin in einer Klinik (Allgemein- und Suchttherapie, Gerontopsychiatrie, Schmerzpatienten). Jetzt gibt sie ihr Wissen als Dozentin bei der DPS weiter.

Termine:

Sa. 19.11.2022

So. 20.11.2022

jew. 10:00-18:00 Uhr

Mo. 21.11.2022

17:00-21:00 Uhr

Preis:

320,- Euro *

Paracelsus Schule

Doberaner Str. 114

18057 Rostock

Tel. 0381 - 490 91 86

Seminarnummer:

SSA02050322

Anmeldemöglichkeiten:

- bei jeder Paracelsus Schule
- per Fax: 0261 - 9 52 52 33
- Web: www.paracelsus.de
- per QR:

