

YOGA UND ENTSPANNUNGSTECHNIKEN FÜR KINDER (4-12 JAHRE)



Ref. 3217



» ZIELGRUPPE

Fachkräfte, die individuell oder in Gruppen mit Kindern arbeiten.

» WEITERBILDNER

John SCHLAMMES
Éducateur gradué,
Dipl. Yogalehrer, Ayurveda
Ernährungs- und
Gesundheitsberater.

» TERMINE

16.05.2017-17.05.2017 und
13.06.2017
09:00-17:00

21 Fortbildungsstunden
Formation certifiée

» KOSTEN

390 €
(das Mittagessen ist im Preis
inbegriffen)

» SPRACHE

Lëtzebuergesch
(Der Weiterbildner spricht
auch deutsch
und französisch).

» ORT

Centre Écologique et
Touristique „Parc Housen“,
Hosingen

Stress, Zeitdruck und Leistungsdenken mit ihren Folgen sind längst schon in der Kinderwelt angekommen.

Yoga bietet Kindern viele Möglichkeiten, auf eine spielerische Art und Weise, einen Ausgleich zu schaffen und durch Bewegungsübungen, Atemübungen und Entspannungstechniken zur Ruhe, Ausgeglichenheit und Konzentration zurückzufinden.

ZIELE

- Selbsterfahrung durch eigenes Erspüren der Wirkungen von Yogaübungen.
- Vermittlung der Didaktik zur Anleitung von Yogaübungen mit Kindern.
- Integration in den persönlichen Arbeitsalltag.

INHALTE

- Yogaübungen kennenlernen.
- Yogaeinheiten mit Kindern in Kleingruppen gestalten.
- Atemübungen für Kinder.
- Entspannungstechniken für Kinder.

METHODEN

- Vermittlung anhand von Yogaübungen und Geschichten.
- Kleingruppenarbeit.
- Eigenes Üben im Praxisteil.

AM ENDE DER WEITERBILDUNG WERDEN SIE:

- Kleine Yogaeinheiten in den beruflichen Alltag integrieren.
- Durch das eigene Üben im Praxisteil, auch selbst zu mehr innerer Ruhe und Zentrierung finden.

Référence UFOCOR

Carrières PE4-PE7 : 1a) compétences psychosociales

Übernachtungsmöglichkeit



Falls Sie in Hosingen übernachten wollen, wenden Sie sich bitte an den Centre Écologique et Touristique "Parc Housen" (Tel: 92 95 98-700).
Preis: 20 € (Einzelzimmer mit Bad und Frühstück)