

Anmeldung

Hiermit melde ich mich verbindlich für die Teilnahme an der **Grundausbildung Kinderyoga** mit Fiona Regling an:

Name

Anschrift

Telefon

E-Mail

Datum

Unterschrift

Bitte schicken Sie die Anmeldung per Post oder E-Mail an folgende Adresse:

Fiona Regling

Damerowsweg 10, 22081 Hamburg oder
fiona.regling@yogafuerkinder.de

Grafik-Design: Bianca Wessalowski, Portrait-Foto: Karin Gerdes

Termine

Die Grundausbildung (96 UE) findet an 6 Wochenenden – samstags und sonntags – statt und erstreckt sich über einen Zeitraum von insgesamt 7 Monaten.

1. Wochenende: 31.08./01.09.2019
2. Wochenende: 19.10./20.10.2019
3. Wochenende: 23.11./24.11.2019
4. Wochenende: 18.01./19.01.2020
5. Wochenende: 29.02./01.03.2020
6. Wochenende: 28.03./29.03.2020

Kurszeiten

Samstag 9.30 – 18.00 Uhr

Sonntag 9.30 – 17.00 Uhr

Veranstaltungsort

Integrale Yogaschule
Rentzelstraße 10a, Innenhof, 20146 Hamburg
Telefon 040 457506

Teilnahmegebühr

Die Kursgebühr beträgt 1.050 EUR inkl. Handout und meiner Publikation 'Atem-Bilder'. Die Kursgebühr wird in 6 Monatsraten á 175 EUR beglichen.

Anmeldung und Information

Fiona Regling
Damerowsweg 10, 22081 Hamburg
Telefon 040 84602238
fiona.regling@yogafuerkinder.de
www.yogafuerkinder.de

Bei weiteren Fragen zur Grundausbildung sprechen Sie mich gerne an.



Grundausbildung Kinderyoga

mit Fiona Regling
von September 2019 bis März 2020
in Hamburg



Grundausbildung Kinderyoga

In der Kinderyoga Grundausbildung führe ich die Teilnehmer an Hatha-Yoga mit Kindern heran. Es werden Asanas (Körperhaltungen), sowie Übungen, die die Atemwahrnehmung, das Erleben von Ruhe und Stille, innere Achtsamkeit und Konzentration beinhalten, vorgestellt.

Für Kinder werden die Unterrichtsstunden in spielerischer Form gestaltet. Ihre große Vorstellungskraft macht sie aufnahmebereit für Yogaübungen, die über Bilder und Geschichten angeleitet werden (Stundenbilder). Sie lachen und erzählen viel, neue Ideen werden sofort ausprobiert. Viele stille und achtsame Augenblicke entstehen durch ihre Art der Konzentration.

Die Kinder in meinen Kursen zeigen mir immer wieder ihre Lebensweisheiten und Stärken. Mir ist es ein Anliegen, dass diese Potentiale in ihnen wach und erhalten bleiben. Mit Hilfe des Yoga können Kinder körperliche und mentale Kraft, emotionale Stärke und seelische Ausgeglichenheit entwickeln und ausdrücken.

Dies ist Inhalt und Schwerpunkt der Grundausbildung Kinderyoga.



Themen

- Einführung in Kinderyoga
- Bedeutung von Kinderyoga in der heutigen Zeit
- Hatha-Yoga, Atemwahrnehmung, Visualisierung, Achtsamkeitsschulung, Entspannung und Meditation
- Yoga-Philosophie mit Kindern
- Entwicklungspsychologische, anatomische und motorische Grundlagen
- Entwicklung der äußeren und inneren Sinne
- Unterrichtsdidaktik und -methodik
- Exemplarische Stundenbilder
- Entwicklung und Vorstellung eigener Stundenbilder
- Besonderheiten und Schwierigkeiten im Unterrichten von Kinderyoga, u. a. Lehrer-Schüler-Verhältnis
- Akquise und Organisation von Kinderyogakursen



Teilnahmevoraussetzungen

Die Grundausbildung richtet sich an Yogalehrende, Yogaerfahrene, Erzieher- und Lehrer*innen, sowie Interessierte, die Yoga mit Kindern erleben, gestalten und unterrichten möchten.

Fiona Regling

- ist Yogalehrerin BDY/EYU
- unterrichtet seit 2005 Yoga in Kitas, Grund- und weiterführenden Schulen
- gibt Kinderyoga-Workshops
- bietet seit 2014 einmal im Jahr eine Grundausbildung Kinderyoga an
- ist Autorin des Buches 'Atem-Bilder'. Mehr Informationen finden Sie auf meiner Website.
- unterrichtet Erwachsene, Eltern-Kind-Yoga und erteilt Einzelstunden
- assistiert seit 2011 in der Yogalehrerausbildung für Erwachsene
- Ausbildung zur integralen Trauma-Beratung, 2017

