



CHAKRA SEVEN YOGA

Fortbildungen

- **Yoga für Kinder und Jugendliche Teil 1**
Ein Wochenende mit Stephanie Noël und Daniela Urbons
Datum: 30. – 31. Januar 2021
Kosten: 299.-
Zeiten: Samstag 09:00 – 17:30
Sonntag 08:30 – 17:00
Ort: Seminarraum in Hamburg

Wahlmodul

Inhalt:

Diese Fortbildung richtet sich an alle, die Yoga für Kinder und Jugendliche unterrichten möchten.

Sie ist in zwei Teile gegliedert, wobei der zweite Teil (17. – 18. April 2021) auf den ersten aufbaut.

Yoga für Kinder und Jugendliche zu unterrichten ist wunderschön und leistet einen großen Beitrag für ein gesundes Wachstum unserer Kinder. Wenn du Freude daran hast Geschichten zu erzählen und dich gemeinsam mit den Kindern in Tiere und andere verrückte Dinge zu verwandeln, bist du in dieser Fortbildung genau richtig.

Du lernst an diesem Wochenende Asanas für Kinder in spielerischer Art anzuleiten. Du lernst Geschichten mit den Asanas zu erzählen, so dass Kinder sich leicht und fröhlich bewegen.

Inhalte:

- Asanas für Kinder anleiten
- Stille und Ruheübungen für Kinder anleiten
- Atemübungen für Kinder anleiten
- Rituale entwickeln für Sicherheit und Geborgenheit
- dein eigenes inneres Kind zum Leben erwecken
- Traumreisen anleiten
- Sprache
- Authentizität
- Lebensfreude
- Dankbarkeitsrituale

- Möglichkeiten und Hospitationen einer Arbeit als Kinderyoga Lehrer/in besprechen
- **Vita Daniela Urbons**
Daniela, Jahrgang 1975, arbeitet als Erzieherin und Yogalehrerin für Schwangere, Kinder, Jugendliche und Erwachsene in Hamburg Rahlstedt. Weiterhin bietet sie auch Tanz- und Massageangebote an. Sie hat ihre 500h Hatha Yogalehrer Ausbildung 2018 bei Chakra Seven Yoga abgeschlossen.