



CHAKRA SEVEN YOGA

Fortbildungen

- **Yoga für Kinder und Jugendliche Teil 2**

Ein Wochenende mit Stephanie Noël und Daniela Urbons

Datum: 17. – 18. April 2021

Kosten: 299.-

Zeiten: Samstag 09:00 – 17:30

Sonntag 08:30 – 17:00

Ort: Seminarraum in Hamburg

Wahlmodul

Inhalt:

Der zweite Teil unserer Fortbildung baut auf den ersten Teil auf.

Du vertiefst dein Verständnis für Kinder Yoga und deine Praxis als Lehrer/in in folgenden Punkten:

- Asanas für Kinder unterteilen in Stand, Boden und Gleichgewichtsübungen
- Deine Intention der Yoga Stunde festlegen. Was möchte ich erreichen und wie erreiche ich das am besten?
- Kreativer Prozess: Eigene Stundenkonzepte entwickeln und umsetzen
- Fragen von Kindern und Jugendlichen beantworten lernen: Z.B.: Wie wirken die Asanas auf Körper, Geist und Seele?
- Viel Zeit für Fragen zu Stille-, Ruhe- und Atemübungen für Kinder
- Eigene Themen als Kinderyoga Lehrer/in vertiefen
- Bestenfalls hast du schon als Kinderyoga Lehrer/in hospitiert und Erfahrungen gesammelt und wir besprechen deine Erlebnisse

- **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.