



Kinder-Yoga

AKTIV

Entspannung in Schule und Kita

Sie erfahren, warum immer mehr Kinder unter Stress leiden und wie Sie durch gezielte Yoga- und Entspannungstechniken für einen wohltuenden Ausgleich und für wirksame Abhilfe sorgen. Zudem werden die Grundlagen vermittelt, um Yoga- und Entspannungsübungen gezielt auf Kinder und deren speziellen Bedürfnisse maßzuschneidern.

- Warum Yoga und Entspannung für Kinder?
- Atmung, Bewegung und Entspannung
- kindgerechte Übungen, Bewegungsspiele und Yoga-Bewegungsgeschichten
- Aufbau von Einheiten und Kursen

Bitte kommen Sie in bequemer Kleidung und bringen Sie eine Decke mit.

Zielgruppe: pädagogisches Personal in Kindertagesstätten, Ganztagschule und Mittagsbetreuung, Lehrkräfte

Referent: Florian Hartlieb D. Ed., Yoga-Lehrer

Termin: Freitag, 21. November 2025, 8.30 – 12.30 Uhr

Ort: Mittelschule Fürstenzell, Schulstraße 19 in 94081 Fürstenzell

Kosten: 60 € (50 € für AWO-Mitglieder und -Beschäftigte)
inklusive Getränke und Handbuch für Yoga

Beachten Sie auch unsere Zertifikatsreihe *Yoga-Anleitung in Schule und Kita!*

Dieses Modul können Sie sich dafür anrechnen lassen.



AWO Ostbayern
Brennesstraße 2, 93059 Regensburg



Anmeldung unter diana.friedrich@awo-ndb-opf.de.

Das Gesamtprogramm sowie Teilnahmebedingungen und Datenschutzhinweise finden Sie unter www.awo-ndb-opf.de :

Angebote – Angebotskategorien – Bildung und Arbeit.

TIPP: Fort- und Weiterbildungen können bei der Steuererklärung unkompliziert geltend gemacht werden.