



## „MIT HUND UND KATZE DURCH DEN TAG“ KINDERYOGA IN DEN KITA-ALLTAG INTEGRIEREN

Yoga bietet Kindern eine ideale Chance Entspannung und Bewegung zu vereinen, so wie eine gesunde Haltung und bewussten Atem zu sensibilisieren. Die Fortbildung bietet einen praxisorientierten Einblick, wie Elemente aus dem Kinderyoga auf spielerische Weise alters- und entwicklungsgerecht im Tagesablauf einer Kindertagesstätte integriert werden können. Die Fortbildung richtet sich an Kinderpfleger/innen, Erzieher/innen, die mit Kindern im Alter von 2 – 6 Jahren arbeiten und Lust haben selbst körperlich aktiv zu werden, Übungen aus dem Kinderyoga auszuprobieren und Ideen für den Alltag mitnehmen wollen.

### Inhalte:

- Grundlagen, Hintergründe und Ziele des Kinderyogas
- Bausteine und Aufbau einer Kinderyogastunde
- Übungsreihen einer Kinderyogaeinheit selbst entwickeln
- Material und Methoden kennen lernen
- Eigenes spielerisches Praktizieren von Atemübungen, Yogahaltungen, Entspannungstechniken

<b>Für Wen?</b>	Kinderpfleger/innen, Erzieher/innen, interessierte Yogis/Yoginis mit oder ohne Erfahrung
<b>Wo?</b>	buchbar für Ihre Einrichtung
<b>Kosten:</b>	120 € pro Teilnehmer
<b>Dozentin:</b>	Vanessa Schmitt, Erzieherin, Sozialpädagogin (BA), Kinderyogalehrerin

**Haben Sie Interesse an meinem Angebot? Melden Sie sich über das Kontaktformular oder direkt per Mail bei mir.**

Kinderyoga  
Fortbildung

für pädagogische  
Fachkräfte

An Freitagen  
oder  
Samstagen

ca. 09:00 bis 16:00  
Uhr

In der Turnhalle /  
Bewegungsraum ihrer  
Einrichtung

### KONTAKT

E-Mail:  
[kontakt@nane-yoga.de](mailto:kontakt@nane-yoga.de)

Instagram:  
[Nane\\_yoga\\_nuernberg](https://www.instagram.com/Nane_yoga_nuernberg)

Website:  
[www.nane-yoga.de](http://www.nane-yoga.de)

