

Kinder Yoga Ausbildung



Infos

Die Kinder Yoga Ausbildung wendet sich sowohl an Eltern, als auch an Menschen, die mit Kindern arbeiten, Kinder Yoga unterrichten wollen oder ausgebildete Kinder Yoga Lehrende.

Kinder Yoga schenkt den Kindern die Möglichkeit, sich ihrer intuitiven heilenden Bewegungen und ihrer angeborenen Körperwahrnehmung bewusst zu werden, sie zu stärken und zu erhalten. Dies gibt den Kindern die Chance, den Alltag zu verarbeiten und ein balanciertes Jetzt zu erleben.

Um Kinder dorthin und darin zu begleiten, fehlt uns häufig der spontan kreative Umgang, da unsere eigenen Vorstellungen und anerzogenen Bilder vor dem Moment stehen. Kinder können uns lehren, den Moment zu erleben. Auf dieses Erleben kannst Du antworten, wenn Du Dein inneres Kind integrierst. So entwickelt sich ein heilender Dialog, der für die Kinder wie ein warmer Wind ist, der ihnen entgegenkommt, sie wärmt und herzlich im Leben begrüßt.

Inhalt

Basis der Ausbildung sind die fünf Elemente. Die fünf Elemente, wie sie in der Natur bestehen und aus denen wir zusammengesetzt sind. Durch das Bewusstwerden von mitgebrachten Vorbedingungen und die Integration aller Elemente wird ein gemeinsam kreativer Prozess mit Kindern möglich.



Inhalt der Ausbildungs-Wochenenden:

1. Teil

Aufbau einer Kinder-Yoga-Stunde

Struktur einer Kinder-Yoga-Stunde, Entwicklung einer Stunde aus gegebenen Impulsen und Erzählstilen

Asanas – Freude in Bewegung

Körperhaltungen (Asanas) anleiten und durchführen, Asana- und Sprach-Bilder.

Entspannung – jedes Kind kann entspannen

Entspannung anleiten, Entspannungstechniken und Entspannungsspiele.

Meditation – das Tor zur inneren Schatzkammer

Meditation mit Kindern, Möglichkeiten und Integration der Meditation mit Kindern

2. Teil

Der Baum

Jedes Wort, jede Geste lehrt.

Entwicklungsphasen, Wachstumsmöglichkeiten, der rote Faden

Der Samen

Das eigene Potenzial wie einen Samen in die Erde legen.

Ankommen, Ankern und Erdung

Die Wurzeln

Im Fluss sein und genährt sein

Zu viel, zu wenig und die falsche Art

Schlüssel zur Entspannung, wann wirkt welche Entspannung

Die Blätter

Die Kraft eine Form zu erschaffen, zu erhalten oder zu transformieren

Welche Asana stärkt was, Umgang mit Wut, die Form für Deinen Impuls

Die Blüte

Geschenk Deiner Präsenz

Die Meditation für diesen Moment, Umgang mit Angst, Entdeckung der eigenen

Schönheit, präsent sein im Augenblick

Die Frucht

Per-sonare, das was durch die Person hindurch klingt

Balance, Integration, die Saat

Umfang der Leistung & zeitlicher Rahmen

Durch die Teilnehmerbegrenzung der Kinder Yoga Ausbildung wird die Qualität gewährleistet. Die Teilnehmerbegrenzung bietet dem einzelnen Teilnehmer genügend Zeit und Raum für die Entwicklung zum Kinder Yoga Lehrer.

Die Kinder Yoga Ausbildung dauert 1,5 Jahre. In diese Zeit gehören:

- 10 Ausbildungs-Wochenenden = 160 Stunden
Samstag von 10:00 bis 18:00 Uhr und
Sonntag von 09:00 bis 17:00 Uhr
- 2 Supervisions-Einzelstunden á 60 Minuten
Individuelle Beratung und Unterstützung in Einzelgesprächen für die Entwicklung Deiner Lehrer-Persönlichkeit.
Termine nach Absprache! Die beiden Termine können frei gewählt beim gesamten Ausbildungsteam wahrgenommen werden und können persönlich oder per Skype durchgeführt werden.
- 80 Stunden Selbststudium
Die 80 Stunden Selbststudium sind für die eigene Erarbeitung in Kleingruppen der Ausbildungsteilnehmer oder zu Hause, um bestimmte Themen zu erarbeiten oder zu vertiefen. Die erarbeiteten Themen werden innerhalb der Ausbildungsgruppe vorgestellt. Diese Arbeit ermöglicht Dir, Dein Lernen und Lehren zu erweitern und zu lernen. Denn Lehrender sein bedeutet für mich die Bereitschaft, sein Leben lang zu lernen.

Es ist sinnvoll bereits nach dem 1. Teil der Kinder Yoga Ausbildung anzufangen selbst zu unterrichten. Gerade am Anfang des Unterrichtens von Kinder Yoga ist es schön, die Möglichkeit von Rückfragen und Supervision zu haben. Zudem haben die Fragen, die aus der Praxis und nicht aus der Theorie gestellt werden, eine andere Qualität.

Ausbildungsteam

Sohan Anne Böing

besitzt eine große Kraft, Menschen zu ermuntern, das Geschenk und den Sinn des Lebens in sich selbst zu entdecken und sich einzubringen in die Welt. In größter Weisheit, Güte und mit viel Humor vermag sie dabei den Wesenskern ihres Gegenübers zu sehen, ihn anzusprechen und wachzukitzeln. Sohan versteht es Räume zu schaffen, die frei sind von Wertung, frei von Urteil und persönlicher Erwartung. Es sind Räume, in denen der einzelne sich selbst und seiner eigenen Wahrheit begegnen kann.

Ein Anliegen ist ihr dabei ein bewusst gelebter Alltag, welcher der Verantwortung für das eigene Glück und Potenzial entspringt.

Sohan Anne Böing steht damit für ein Yoga der Individualität, weil es den Einzelnen in seine authentische Präsenz, in den Moment und in das Leben hinein führt.

Bereits vor mehr als 20 Jahren hat sich die Gründerin der YOGAdelta Studios in Berlin Mitte und Berlin Friedrichshain für diesen Weg entschieden. Heute verkörpert sie ihn mit Herz und messerscharfem Verstand. Für sie gibt es keine Heilsversprechen außerhalb dessen was ist. „Leben ist der spirituelle Weg“ sagt sie.

Als Lehrerin und Ausbilderin für Kundalini Yoga, Kinder Yoga und Karam Kriya steht für die zweifache Mutter deshalb auch nie eine Ideologie im Mittelpunkt, sondern immer der Mensch.

Beginn & Termine

Wegen der begrenzten Teilnehmerzahl ist die Anmeldung erst verbindlich, nachdem der Kinder Yoga Lehrer Ausbildungsvertrag unterschrieben zurückgesendet wurde, die Anzahlung für die Kinder Yoga Ausbildung eingegangen ist und Du eine schriftliche Zusage erhalten hast.

Die zehn Ausbildungs-Wochenenden der Kinder Yoga Ausbildung finden am Samstag von 10:00 bis 18:00 Uhr und am Sonntag von 09:00 bis 17:00 Uhr statt.

Start des neuen Kinder Yoga Ausbildungszyklus ist voraussichtlich im Herbst 2021.

Falls Du an einem Ausbildungswochenende der Kinder Yoga Ausbildung nicht teilnehmen kannst, kann dieser Termin in der folgenden Kinder Yoga Ausbildung wahrgenommen werden.