



Ausbildung zum/r  
Übungsleiter\*in  
Yoga mit Kindern

modulare Fachweiterbildung  
für Pädagog\*innen,  
Yogalehrer\*innen u.a.

Möglichkeit der  
Krankenkassen-  
anerkennung nach  
Präventionsgesetz  
§ 20a SGB V



Yoga  
ist  
yeah!

Ben, 6 Jahre



## Yoga mit Kindern

In dieser Weiterbildung erfährst Du, wie Du selbständig mit Kindern Yoga praktizieren kannst. Vermittelt werden Theorie und viel Praxis für Yoga mit Kindern im Kindergarten, in der Schule oder im Yoga-Kurs (Kinder ab 3 Jahre bis Jugendliche).

Kinderyoga ist anders als Yoga für Erwachsene. In diesen Stunden werden die Kinder anhand von kleinen Geschichten spielerisch durch die verschiedenen Übungen geführt. Sie brüllen dabei wie Löwen, schlängeln sich wie eine Kobra und summen wie eine Biene. Sie tauchen in Fantasiegeschichten ein, in denen Tiere aus aller Welt vorkommen, machen Traumreisen oder geben sich gegenseitig eine „Igelmassage“. Wiederkehrende Rituale, wie der Klangschale lauschen und gute Wünsche in die Welt schicken, geben Kindern Sicherheit und Orientierung. Viele Yogaübungen wirken auf das Zusammenspiel der beiden Gehirnhälften und verbessern die Koordinationsfähigkeit, das Körpergefühl und die Konzentration. Auch soziale Fähigkeiten werden beim Kinderyoga gefördert. Die Yogageschichten vermitteln menschliche Werte, die Kinder lernen Mitgefühl und Toleranz zu entwickeln und erfahren, wie sie sich entspannen können. Dabei geht es vor allem auch um die Möglichkeit, den Kindern etwas an die Hand zu geben, das sie in ihrem Alltag anwenden können.



# Ausbildungsbeschreibung

## Teilnahmevoraussetzung

Zur Teilnahme setzen wir voraus, dass du bereits über eigene Erfahrung im Üben des Yoga verfügst.

## Ziel der Ausbildung

Ziel der Ausbildung ist die Kompetenz, Kinderyogastunden und Kinderyogakurse im Yogastudio, im Kindergarten oder in Schulen unterrichten zu können.

## Ausbildungsbeschreibung

Die Vermittlung der Inhalte erfolgt interaktiv über kleine Vorträge, praktische Stunden und spezielle Übungen, einer moderierten Vorstellereinheit der Teilnehmenden, einem Reader zur Fortbildung und Literaturempfehlungen. Auch die eigene Praxis wird durch angeleitete Yogasequenzen nicht zu kurz kommen.

## Unterrichtsinhalte

- Philosophie des Yoga
- Einführung von Asanas (Yogastellungen) für Kinder und deren Wirkung
- Methoden der Entspannung für Kinder
- Meditation und Achtsamkeitstraining für Kinder
- Kursorganisation, Stundenaufbau und Stundenentwicklung
- Methodik und Didaktik beim Kinderyoga
- präventiver und therapeutischer Einsatz von Yoga bei Kindern, z.B. mit ADHS/ADS

## Termine

Die Ausbildung findet an 3 Wochenenden jeweils von 09.30 bis ca. 18.00 Uhr statt.

25./26. Mai 2019

15./16.06. 2019

29./30.06. 2019

# Ausbildungstermine und mehr

## Zertifikat

Am Ende des Kurses erhältst Du ein Zertifikat über die Teilnahme an der Weiterbildung.

## Krankenkassenzertifizierung

Mit Abschluss dieser Weiterbildung erhältst du von uns drei Konzepte zur Durchführung von Kinderyoga-Kursen als Präventionskurs nach § 20a SGB V.

Voraussetzung dafür ist eine abgeschlossene Yogalehrer-Ausbildung mit 500 Unterrichtseinheiten über 2 Jahre (bei Unity-Training möglich) sowie eine Grundqualifikation (abgeschlossene Berufsausbildung im Gesundheitsbereich oder jegliche abgeschlossene Berufsausbildung und ein Nachweis über 200 unterrichtete Yogastunden).

## Kosten

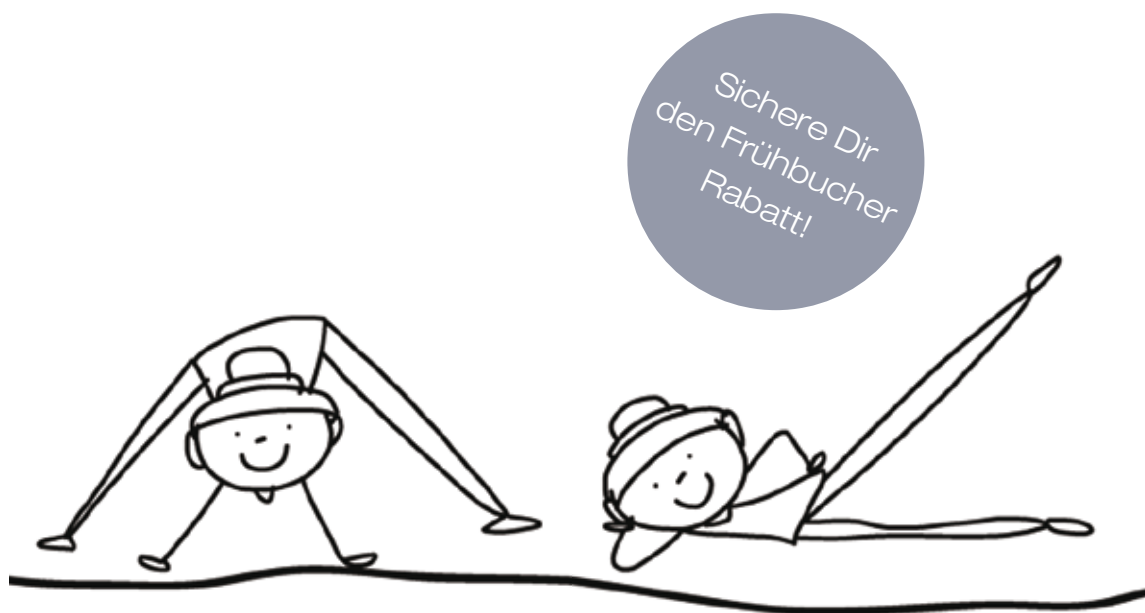
Die Ausbildungsgebühr beträgt 890 Euro.

### Frühbucherrabatt:

10%, also 800 Euro bei Anmeldung und Zahlung bis bis 3 Monate vor Ausbildungsbeginn. Unity Yogalehrer bekommen zusätzlich 10% Rabatt.

## Anmeldung

Bitte melde Dich zeitnah an, da die Teilnehmerzahl auf 12 Teilnehmer\*innen begrenzt ist.



1. Wochenende:  
Unity Training, Ebertplatz 9, 50668 Köln  
[www.unity-training.de](http://www.unity-training.de), 0221-99558126

2. und 3. Wochenende:  
Wu-Way, Merlostraße 2, 50668 Köln,  
<http://wuway.de/raumvermietung-koeln/>



## So findest Du zu uns

### Anfahrt mit dem Zug

Fahre bis Köln-Hauptbahnhof und steige dort in die U-Bahn: U16 Richtung Niehl/Sebastianstraße oder U18 Richtung Buchheim/Herler Straße. Erste Station Ebertplatz aussteigen. Den U-Bahnhof in Fahrtrichtung verlassen. Ebertplatz 9 befindet sich im Eckhaus neben der Commerzbank.

### Anfahrt mit dem Auto

Aus Richtung Nord / West:

A57/Neuss Richtung Köln-Zentrum, am Ende der Autobahn auf der linken Spur einordnen und dieser bis zur Ampel folgen. Jetzt die innere Kanalstraße bis zur zweiten großen Kreuzung weiterfahren und hier in die Neusser Straße rechts abbiegen. Hier ein Stück in Richtung Ebertplatz weiterfahren und parken oder weiter zum Theodor-Heuss-Ring in Richtung Rhein fahren. Hier gibt es genügend Parkplätze.

Aus Richtung Ost:.

A4/Olpe bis Kreuz Köln-Ost, dann Richtung Zoobrücke/Köln-Zentrum. Dieser Straße über die Zoobrücke folgen. Sie sind jetzt auf der inneren Kanalstraße. Hier die erste Möglichkeit links in die Niehler Straße abbiegen und nach der Kirche links in die Neusser Straße abbiegen. Hier ein Stück in Richtung Ebertplatz weiterfahren und parken oder weiter zum Theodor-Heuss-Ring in Richtung Rhein fahren. Hier gibt es genügend Parkplätze.

Aus Richtung Süd:

A1 Euskirchen bis zur A57. Dann siehe „aus Richtung Nord“

A3 Frankfurt bis zum Kreuz Köln Ost. Dann siehe „aus Richtung Ost“

A555 Bonn - bis zum Bonner Verteiler (großer Kreisverkehr). Hier rechts auf die B51 in Richtung Köln Süd/Bayenthal bis zum Rhein. Auf der B51 bleiben, links in Richtung Köln-Zentrum, immer geradeaus bis zum „Restaurant Die Bastei“ (gelber runder Pavillon direkt am Rhein). Hier links auf die B9 Theodor-Heuss-Ring. Parke auf dem Theodor-Heuss-Ring, wenn Du links den kleinen See siehst.

### Parken

Auf der Neusser Straße und dem Theodor-Heuss-Ring (rechts oder links vom See – siehe Karte) gibt es im Regelfall genügend freie Parkplätze. Diese sind allerdings, wie in der gesamten Innenstadt, kostenpflichtig.

## Simona Weichert

Yogalehrerin, Kinderyogalehrerin, Diplom-Pädagogin und Lehrerin für Deutsch als Fremdsprache (DaF) und Deutsch als Zweitsprache (DaZ).

Sie praktiziert seit 10 Jahren Yoga und unterrichtet seit Anfang 2016 bei Unity-Training.

Als Pädagogin arbeitet sie mit Grund-, Haupt- und Förderschüler\*innen sowie an Berufskollegs mit jugendlichen Geflüchteten.







# Ausbildungsvertrag

(Dieses Blatt bitte ausgefüllt an Unity Training, Ebertplatz 9, 50668 Köln senden)

Hiermit melde ich mich verbindlich zu den unten genannten Bedingungen zur Ausbildung Übungsleiter\*in Yoga mit Kindern im Zeitraum von \_\_\_\_\_ an.

Vorname, Name: \_\_\_\_\_

Straße, Hausnummer: \_\_\_\_\_

PLZ: \_\_\_\_\_ Ort: \_\_\_\_\_

Tel. Festnetz: \_\_\_\_\_ Handy: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

## Zahlungsmöglichkeiten:

Überweisung auf unser Konto bei der Sparkasse KölnBonn

Kontoinhaber: Unity-Training Köln  
IBAN: DE39370501981931603490  
BIC-/SWIFT-Code: COLSDE33XXX

## Widerrufsrecht:

Der/die Anmeldende hat ein Widerrufsrecht zu diesem Verträge innerhalb von 14 Tage nach Vertragsunterschrift des Kursteilnehmers. Der Widerruf muss schriftlich erfolgen.

## Vertragsrücktritt:

Geht eine Rücktrittserklärung bis 14 Tage vor Ausbildungsbeginn beim Ausbildungszentrum ein, fällt eine Bearbeitungsgebühr von 100,- Euro an. Ab 14 Tage vor Kursbeginn wird im Falle eines Rücktritts der Betrag für die komplette Ausbildung sofort auf einmal fällig. Ausnahmen sind Abbruch wegen schwerer Krankheit oder Unfall. In diesem Fall muss ein ärztliches Attest vorliegen.

Der Anmeldende bestätigt mit seiner nachstehenden Unterschrift, dass er von diesem Widerrufsrecht Kenntnis genommen hat.

\_\_\_\_\_, den \_\_\_\_\_

Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift

**Vielen Dank für die Anmeldung und viel Erfolg bei der Ausbildung!**



Ideale Übungen sind diejenigen, die sowohl den Körper als auch den Geist einbeziehen und stärken.  
Nur solche Übungen können den Menschen gesund erhalten.

Mahatma Gandhi

lokah samasta sukhino bhavantu

Mögen alle Lebewesen auf allen Ebenen glücklich sein!



## Unity Training

Nicole Roewers

Florian Heinzmann

Ebertplatz 9

50668 Köln

[www.unity-training.de](http://www.unity-training.de)

[info@unity-training.de](mailto:info@unity-training.de)

0221-99558126

0178-8117487

Simona Weichert

01577-6212080