

3HO Fachausbildung Kundalini Yoga LehrerIn für Kinder



Diese fundierte und facettenreiche Ausbildung startete 2007 in Hamburg und für ganz Deutschland zum ersten Mal. Zu unserem Ausbildungsteam gehören Menschen unterschiedlichster Bereiche: LehrerInnen, SozialpädagogInnen, SportwissenschaftlerInnen und BewegungstherapeutInnen, MusikerInnen, Werbe-fachleute... viele davon sind Mutter/Vater. Uns alle verbindet die Begeisterung für Kinderyoga!

Die Fachausbildung steht in der Tradition des klassischen Kundalini Yoga nach Yogi Bhajan. Es zeichnet sich durch eine Abfolge von dynamischen Übungen, Entspannungen und speziellen Meditationen aus, die oft Gesang und Bewegung beinhalten.

Qualifikation und Voraussetzungen

Die Ausbildung richtet sich an Menschen mit professioneller Qualifikation im pädagogischen, psychologischen oder physiotherapeutischen Bereich oder mit Berufserfahrung auf diesen Gebieten, außerdem an Kundalini Yoga LehrerInnen oder Yoga LehrerInnen mit einem gleichwertigen anerkannten Abschluss. Sie berechtigt zum Unterricht von Kinderyoga und wird abgeschlossen mit einem Zertifikat von 3HO Deutschland mit dem Titel:

Kundalini Yoga LehrerIn für Kinder



Ausbildungsorte und Zeiten

Grundlagenwochenenden finden statt im:

Siehe Zusatzinfo zu den jeweiligen Städten.

Kurzwochenenden im:

Siehe Zusatzinfo zu den jeweiligen Städten.

Langwochenenden in:

Siehe Zusatzinfo zu den jeweiligen Städten.

Die Kosten für die Unterbringung und Verpflegung, muss von den TeilnehmerIn selber getragen werden. Der Betrag muss vor Ort geleistet werden.

Kosten

Die Fachausbildung kostet EUR 1600,- bei Bezahlung der Gesamtsumme bei Ausbildungsbeginn (inkl. einem Ausbildungsbuch, Anmeldekosten und einer Beratungsstunde bei einer AusbilderIn). Die Grundlagenwochenenden betragen zusätzlich EUR 425,-. Es sind auch folgende Teilzahlungen möglich:

Fachausbildung: 10 monatliche Raten à EUR 170,-

Fachausbildung inkl. Grundlagenwochenenden:

11 monatliche Raten à EUR 190,-.

Info, Kontakt und Anmeldung:

3HO Fachausbildung über c/o

Miriam Wessels

Woltersstraße 29

22453 Hamburg

Tel.: 040/514 93632, Fax: 040/514 936 31

www.kinder-yoga.org

eMail: info@kinder-yoga.org

Fachausbildung Kundalini Yoga LehrerIn für Kinder

Informationstermine:

Bitte in unserem Büro erfragen, siehe unter Kontakt.

Oder die Termine stehen direkt auf dem Flyer von Hamburg, München, Leipzig und Frankfurt.

Kursinhalte und Termine der Ausbildungswochenenden

Die Fachausbildung umfasst 250 Unterrichtsstunden und besteht aus 6 Kurzwochenenden (KWE) und 2 Langwochenenden (LWE). Hinzu kommen Praktikumstage und Hospitationen bei unterschiedlichen Institutionen.

TeilnehmerInnen ohne Stufe 1 der LehrerInnenausbildung in Kundalini Yoga belegen verbindlich die beiden Grundlagen Wochenenden (60 Unterrichtsstunden). Eine weitere Voraussetzung ist die einjährige Teilnahme am Kundalini Yoga Unterricht für Erwachsene (bis zur Prüfung absolvierbar).

Grundlagen des Kundalini Yoga

1 LWE:

2 LWE:

An diesen Wochenenden werden wir in die Tradition und Lehre des Kundalini Yoga einführen. Dabei werden wir die grundsätzliche Unterrichtsstruktur und die allgemeinen Richtlinien für Yogaübungen erläutern. Es werden die verschiedenen Atemformen, Körperhaltungen sowie Übungsreihen des Kundalini Yoga mit ihren entsprechenden Wirkungen auf Körper, Geist und Seele kennen gelernt.

Besondere Aufmerksamkeit werden wir den Chakren widmen. Ihre Lehre liegt allen Yogaformen zugrunde und hilft, Yoga wirklich aus der Tiefe heraus zu erschließen und die eigenen individuellen Bewusstseinsprozesse besser zu verstehen.

Fachausbildung

1 KWE:

Das erste Wochenende beinhaltet drei Schwerpunkte: Das gegenseitige Kennenlernen, die Klärung der Definition von Kinderyoga theoretisch wie praktisch sowie die Einführung in die Themen „Kindheit aus yogischer Sicht“ und „Inneres Kind“. Wir spielen Kinderyoga!

2 KWE:

Hier wird der Themenkomplex „Kindheit aus yogischer Sicht“ und „Das Innere Kind“ vertieft. Ergänzend werden Entwicklungspsychologie und Physiologie mit einbezogen, es werden Verbindungen zwischen diesen Bereichen und den Asanas hergestellt. Zielgruppen sind Kinder von 3-10 Jahren. Außerdem wird das Praktikum vorbereitet.

3 LWE:

Am dritten Wochenende werden die Themen „Kindheit aus yogischer Sicht“ und „Inneres Kind“ durch Selbsterfahrung und Auseinandersetzung mit der eigenen Kindheit abgerundet. Die Asanas werden um Kriterien für das Zusammenstellen von Übungsreihen erweitert und wir kreieren Kinderyoga Übungsreihen. Als weiteres Element des Yoga wird in die Meditation mit Kindern eingeführt.

4 KWE:

Es geht an diesem Wochenende um das Unterrichten von Yoga, Atemübungen, Entspannung und die Vertiefung von Meditationstechniken. Ein weiteres Thema sind Partner- und Gruppenübungen. Zielgruppen sind Kinder aller Altersgruppen, auch Preteens und Teens (10-16 Jahre).

5 KWE:

Wir geben einen Überblick über den bisherigen Forschungsstand, was Kinderyoga betrifft. Es werden Themen wie ADS, Indigos, Stressbewältigung und „Gewaltfreie Kommunikation“ behandelt und zudem reisen wir in das Reich der Lieder, Tänze und Spiele.

6 LWE:

Wie gestalte ich den Unterricht? Welche besonderen Rituale sind für Kinder zu empfehlen? Wie baue ich einen Kurs auf? Wie gehe ich vor, wenn ich Yoga mit Familien, im Klassenzimmer und anderen Einsatzorten anbieten möchte? Wie können Netzwerke gebildet werden? Diese Themengebiete sind unsere Schwerpunkte an dem zweiten Langwochenende.

7 KWE:

Das letzte Ausbildungswochenende informiert über die Rahmenbedingungen, um das Gelernte in die Tat umsetzen zu können. Wie mache ich mich selbstständig und platziere mich als Kinderyoga LehrerIn in meinem Umfeld? Außerdem gibt es Raum für die Prüfungsvorbereitung.

Prüfungswochenende

8 KWE: