

# Yoga für Kids



*für starke Kinder ~*



*in der Schule  
& fürs Leben!*

## Fachdidaktik für Yoga mit Schulkindern

- ❖ Einführung
- ❖ Austausch-Treffen
- ❖ Weiterbildung & thematische Vertiefungen



→ Kurse & Workshops sind im  
Rahmen schulischer WB gültig

Susanne Jufer

Liz. Yogaleiterin Kinderyoga

Atelier *Schöpferisch*

Kulturhaus Kienberg

Alte Schulstrasse 86

CH-4468 Kienberg

Tel 061/901 56 26

H 079/750 64 28

# Yoga in der Schule . . . .

- vermittelt spielerisch eine gesunde „Haltung“
- schult Motorik, Gleichgewicht, Koordination und Wahrnehmung
- trainiert Konzentration und Ausdauer
- lässt Geschichten ganzheitlich erleben
- mindert Hyperaktivität
- fördert Fantasie & Kreativität
- begünstigt wertfreies Lernen ohne Leistungsdruck
- aktiviert die Selbstheilungskräfte
- unterstützt die Selbst-, Sozial- und Sachkompetenz
- fördert das Umweltbewusstsein
- führt zu emotionaler Ausgeglichenheit und nachhaltiger Lebensfreude

~ wir verzaubern uns z. Bsp. in...

Halbmonde, Helden, Fische, Bäume, wilde Affen - Elefanten und Hasen.....

