

Anleiter:in für Yoga mit Kindern

Gesundheitsbildung in Kita, Familienzentrum und OGS

Fortbildungsreihe

Inhalt

Nicht nur in der Welt der Erwachsenen hat der Stress Einzug gehalten. Viele Kinder erleben ihn gleichermaßen. Verplante "Freizeit" hindert Kinder sowohl am freien fantasievollen Spiel als auch an Möglichkeiten, selbstbestimmte natürliche "Pausen" einzulegen.

Kinder haben vermehrt motorische Schwierigkeiten, Haltungsschäden, Sprachstörungen, Allergien oder Übergewicht. Kinderyoga verbessert auf der körperlichen Ebene die Motorik, die Körperhaltung und -wahrnehmung, löst Muskelverspannungen, schult die Körperkoordination und -aufrichtung sowie die Beweglichkeit. Auf der mentalen Ebene fördert es die Entspannung, die Konzentrationsfähigkeit und die Beobachtungsgabe.

In der Yogastunde wechseln sich Bewegung und Ruhe ab. Das hilft, wie schon in der Steinzeit, den Stress abzubauen.

Nutzen

Die Teilnehmenden erleben Übungen aus dem Kinderyoga, die in den Phasen zwischen den Kursteilen in der direkten Arbeit mit Kindern erprobt werden können. Die Reflexion der eigenen Anleitungserfahrungen bilden die Basis, um immer sicherer mit Kindern Yogaübungen im Alltag durchführen zu können.

Zeitraumen / Programm

Modul 1: 15.-16.06.2026
Modul 2: 14.-15.09.2026
Modul 3: 23.-24.11.2026

jeweils am

1. Tag: 10:00 - 18:00 Uhr
2. Tag: 09:00 - 16:00 Uhr

Eine Anmeldung ist nur für die gesamte Fortbildungsreihe möglich.

Methoden

Die Arbeit erfolgt im Plenum und Kleingruppen unter Einbezug vielfältiger methodischer Impulse.

Hinweis:

Bitte bringen Sie zu allen Terminen bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke und evtl. ein kleines Kissen mit.

Anbieter

LWL-Bildungszentrum Jugendhof Vlotho

Referentin / Referent



Julia Bethlehem
Dipl. Soziologin, Trauma-Fachberaterin (zptn); Yoga-Übungsleiterin

Auskunft zu Inhalten



Nicole Piel
E-Mail: nicole.piel@lwl.org
Telefon: 05733 923-326

Auskunft zu Anmeldung und Organisation



Für die Menschen.
Für Westfalen-Lippe.
LWL-Bildungszentrum

Online anmelden

<https://www.lwl-bildung.de/detail?seminar=50992>

Veranstaltungsnummer

26-0603-208-0090-0003

Datum

15.06.2026 - 24.11.2026

Anmeldeschluss

25.05.2026

Ort

LWL-Bildungszentrum
Jugendhof Vlotho
Oeynhausener Str. 1
32602 Vlotho
Tel.: 05733 923-0
[Karte und Routenplaner](#)

Teilnehmendenkreis

pädagogische
Mitarbeitende und
Leitungen aus
Kindertagesstätten,
Familienzentren und
Offenem Ganzttag

Teilnehmendenzahl

16

Kosten

495,00 €
Teilnahmeentgelt
180,00 € Verpflegung
444,00 € Übernachtung
EZ mit Vollverpflegung
**inkl. gesetzl.
Umsatzsteuer**

Eine Anmeldung ist nur
für die gesamte
Fortbildungsreihe
möglich.



Heidi Jurkewitz
E-Mail: heidi.jurkewitz@lwl.org
Telefon: 05733 923-312

Wir über uns

Der Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) steht für erstklassige Fortbildungen im Bereich Kinder- und Jugendhilfe sowie im Fachgebiet Suchthilfe. Durch die Kombination bewährter und innovativer Methoden bieten wir den Teilnehmerinnen und Teilnehmern die Möglichkeit, beruflich und persönlich zu wachsen. Mit unseren praxisorientierten Angeboten fördern wir den Erfahrungsaustausch in unserer Region. Was uns auszeichnet? Hochwertige Wissensvermittlung zu fairen Konditionen. www.lwl-bildung.de