Kinder in Balance

Leitung

Norbert Heinrich (Lehrer, Ausbilder im DDQT)

16.11.2024, 10:00 Uhr - 17.11.2024, 14:30 Uhr (16 UStd.)

DAO-Schule Göttingen in Kooperation mit der AEWB-Niedersachsen

Qigong macht Kinder stark! Es bringt sie körperlich und mental in Balance und fördert die Körperwahrnehmung. Die Übungen geben Ihnen eine gute Basis für Bewegungskünste aller Art auf Ihrem Weg. Sie entdecken Ihre Innenwelt und lernen, wie Sie diese pflegen können.

Das Ziel der Fortbildung ist es, zu befähigen, Aspekte der alten chinesischen Geist- und Körperübungen Qigong und Taijiquan an Kinder zu vermitteln.

Qigong- und Taijiquan-Kursleiter/-innen und Lehrer/-innen werden ermutigt, komplexe Zugänge spielerisch zu ermöglichen.

Das Buch „Kinder in Balance“ wird für den Unterricht eingeführt: Mehr als 120 bewährte Übungen sind in dieser Fundgrube zusammengetragen. Von dynamischen Übungen bis zur stillen Meditation werden alle Altersgruppen und verschiedene Schwierigkeitsstufen bedient. Nicht zuletzt zeigt es Pädagogen/-innen, wie Qigong und Taiji verschiedene Charaktere und Verhaltensweisen ausgleichend aufgreifen kann: "Schüchterne" können selbstbewusster werden und "Rabauken" ihre Ruhe finden.

Eingeladen sind alle, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten, sei es im Vorschul- oder Schulbereich, in Sportvereinen, asiatischen Bewegungsangeboten (Yoga, Budo etc.), in Freizeitangeboten oder im therapeutischen Umfeld.

Zielgruppe: Lehrende
119,00 EUR (ohne Verpflegung)

Infos: Norbert Heinrich, 0551-55428, E-Mail: n.heinrich@dao-schule.de,

Anmeldung: Gabriele Pfitzner, Tel.: -315, E-Mail: pfitzner@aewb-nds.de