

24. - 26. April 2026
VHS-Geschäftsstelle
Alsdorf

Information und Beratung:
Volkshochschule Nordkreis Aachen
Daniela Freiberger (Fachbereichsleitung)

Tel.: 02404 9063-13
daniela.freiberger@vhs-nordkreis-aachen.de
www.vhs-nordkreis-aachen.de

Kinderyoga **Übungsleitung/Kursleitung**

**Weiterbildung für Yogalehrende,
Erzieher*innen und Lehrer*innen**



Weiterbildung Kinderyoga Kursleitung/Übungsleitung

Kinderyoga unterscheidet sich in vielerlei Hinsicht von traditionellem Yoga für Erwachsene. Es ist spielerischer, kreativer und flexibel gestaltet, um den natürlichen Bewegungsdrang und die kurze Aufmerksamkeitsspanne von Kindern zu berücksichtigen. Die Übungen, die oft in Geschichten oder Themen eingebettet sind, fördern die Körperwahrnehmung, Konzentration und das Selbstbewusstsein der Kinder. Gleichzeitig lernen sie, sich zu entspannen und ihre Emotionen besser zu verstehen.

Themen/Inhalte

Die Ausbildung zur Kinderyoga-Kursleitung bzw. Übungsleitung besteht aus Theorie und Praxis. Unsere Ausbildungsinhalte sind:

1. Grundlagen des Yoga und Kinderyoga:
Einführung in die Geschichte, Philosophie und Grundprinzipien des Yogas, angepasst an die Bedürfnisse von Kindern.
2. Yogapraxis für Kinder:
Erlernen und Anleiten von kinderfreundlichen Asanas (Körperhaltungen), Atemübungen, Meditationen und Entspannungstechniken.
3. Kreative Methoden:
Einsatz von Geschichten, Musik, Spielen und anderen kreativen Elementen, um Yoga für Kinder spannend und unterhaltsam zu gestalten.
4. Pädagogik und Didaktik:
Erlernen von Unterrichtsmethoden und -techniken, um Kurse kindgerecht und strukturiert zu gestalten inklusiver Lehrprobe.

Zielgruppe und Zugangsvoraussetzungen

Die Fortbildung richtet sich an Yogalehrer*innen, Erzieher*innen und Lehrer*innen, die Kinderyoga in ihr berufliches Umfeld integrieren möchten oder Eltern, die Yoga in der Familie praktizieren möchten. Voraussetzung ist mindestens 5 Jahre Yogapraxis.

Umfang/Teilnahmebescheinigung

Insgesamt umfasst die Weiterbildung 2,5 Tage inklusive Lehrprobe. Teilnehmende, die die komplette Weiterbildung absolvieren und eine erfolgreiche Lehrprobe ablegen, erhalten je nach Vorqualifizierung eine Bescheinigung über 20 UE „Kinderyoga Kursleitung“ (Teilnehmende mit Yogalehrer*innenausbildung oder anderer Vorqualifikation aus dem Sportbereich) oder „Kinderyoga-Übungsleitung“ (Teilnehmende ohne spezifische Vorbildung).

Termin:

Fr, 24.04.2026, 17:00 - 20:00 Uhr
Sa, 25.04. und So, 26.04.2026, 10:00 - 18:00 Uhr
Aldorf, VHS, Übacher Weg 36, Raum 2.1
Gebühr: 220,00 € (ohne Ermäßigung)

Bitte mitbringen:

Yogamatte, Kissen, Schreibunterlagen, Verpflegung für die Pausen.

Dozentin:

Rebecca Klinkenberg-Baum ist ausgebildete Yoga-Lehrerin mit ca. 800 Stunden Aus- und Weiterbildung. Sie ist u.a. Expertin in den Stilrichtungen Vinyasa FlowYoga und Kinderyoga. Sie unterrichtet in unterschiedlichen Einrichtungen Yoga und hat darüber hinaus eine pädagogische Ausbildung sowie Weiterbildungen in den Bereichen interkulturelle Kompetenz, Ausbildereignung und Rhetorik.

