



# Zertifikat

*Carina Schmidt*

Name

hat die Ausbildung im Umfang von 60 Unterrichtseinheiten  
**Bewegungs- und Entspannungstraining mit  
Yoga-Elementen**

**ProYoBi®**

**Yoga für Kinder und Jugendliche**

Das Programm für Yoga in Bildungseinrichtungen  
Inhalte - Methodik - Didaktik von Petra Proßowsky

erfolgreich absolviert und in der Abschlusspräsentation nachgewiesen,  
dass folgende Themen aus dem Programm ProYoBi in die Praxis  
umgesetzt werden können

- Rituale mit Yoga-Elementen in den Bildungsalltag integrieren
- Einfache Yoga-Übungen ausführen und die Wirkungen erfahren
- Yoga altersgemäß vermitteln
- Motivierende Hilfsmittel nutzen
- Übungsreihen gestalten
- Entspannungs-, Achtsamkeits- und Konzentrationsübungen sinnvoll einsetzen
- Soziale Kompetenzen stärken
- Yoga-Elemente zur Vertiefung von Lehrinhalten und zur Sprachförderung anwenden
- Übungseinheiten planen, durchführen und reflektieren



0182 894 79 25

*Heike Sülzmann*

Heike Sülzmann

Ausbildungs-GerHest. 17

19053 Schwerin

Schllexa@web.de

Ort, Datum

Dieses Zertifikat berechtigt ausschließlich, Kinder und  
Jugendliche nach den Inhalten des geschützten  
ProYoBi - Konzepts zu unterrichten.