

# ZERTIFIKAT

## 2022

**Carina Schmidt**

hat am Zertifikatskurs zur

### Trainerin für Kinderyoga-Elemente nach dem ProYobi<sup>®</sup>-Konzept

vom 16.09.2022 bis zum 26.11.2022

teilgenommen und das Abschlusskolloquium mit Erfolg absolviert.

Insgesamt umfasste die Weiterbildungsmaßnahme

120 Unterrichtseinheiten zu folgenden theoretischen und praktischen  
Schwerpunkten:

- Einführung Bewegungs- und Entspannungstraining
- Integration von Yoga-Elementen in den Alltag der Kinder
- Rituale & Übungen im Jahreskreis
- Erlernen verschiedener Yoga-Positionen und ihrer Wirkung
- Einsatz von Hilfsmitteln (Bilder, Tücher, Instrumente...)
- Übungen zur Förderung von Achtsamkeit
- Übungen zur Förderung von Konzentration
- Förderung sozialer Kompetenzen durch Yoga
- Yoga in Spielen, Geschichten, Liedern & Ritualen
- Übungen zur Körperwahrnehmung
- Methodik, Didaktik, Planung, Gestaltung, Durchführung
- Praxisaufgabe & Abschlusskolloquium

Rostock-Bentwisch, 26.11.2022



Geschäftsführer



Martin Radtke

Referent für Fort- und Weiterbildung

