

13. - 15. März 2020

10. KINDERYOGA KONGRESS

„Mit Freude wachsen“



Mit vielen Workshops, Vorträgen & Musterstunden
Interessante Tipps aus Theorie & Praxis
„Meet & Greet“ - Austausch
Buntes Rahmenprogramm für Kids + Teens

YOGA
Vidya

Namasté,

wir „Erwachsen“en sind mit unseren Gedanken häufig in der Vergangenheit oder Zukunft: Warum ist dies oder jenes passiert? Wie wird es in Zukunft sein? Solche Gedanken sind oft hilfreich, aber sie nehmen uns auch die Möglichkeit, ganz im Hier und Jetzt zu sein und das Leben auch mal völlig neu zu betrachten.



Was für ein Geschenk ist es dann, wenn wir Kindern begegnen, die uns 'raus aus dem Kopf und 'rein ins Jetzt holen! Was gibt es Kostbareres, als Freude im Jetzt zu spüren? Diese Freude kann ein fruchtbarer Nährboden für die Entwicklung sein, so dass wir mit Freude wachsen können.

Wie das Wachstum einer Pflanze folgt auch unser inneres Wachstum in vieler Hinsicht seiner eigenen geheimnisvollen Logik. Gerade dann, wenn wir es nicht erwarten, sprießt an unerwarteter Stelle eine kleine zauberhafte Blüte hervor. Vielleicht, weil wir einfach Freude & Licht in unser Herz strahlen ließen? Also: Warum nicht mit Freude wachsen?

Groß & Klein sind eingeladen, sich an diesem bunt gefüllten Wochenende mit staunenden Kinderaugen von der bunten Welt des Kinderyogas verzaubern zu lassen. Es erwarten euch inspirierende Möglichkeiten, mit Freude zu wachsen!

Taucht ein in die besondere Energie, die wir spüren, wenn wir Neues lernen und mit allen Sinnen erfahren!

Fühlt euch vom Herzen eingeladen, mit der Community von Yoga Vidya zusammenzuwachsen und Wissen & Erfahrungen über Kinderyoga mit Freude zu teilen.

Om Shanti

Jana & Amari

Organisatorinnen, Kinderyoga Kongress 2020



Tauche ein in die Ashram-Atmosphäre:
Indische Rituale (Pujas und Homas), Singen für den Weltfrieden, Yogastunden und Pranayama runden das umfangreiche Kongress-Erlebnis ab. Für das leibliche Wohl sorgt Deutschlands größte bio-zertifizierte Küche, die vegan-vegetarische Vollwert-Menüs zaubert.

Speisezeiten – früh:

Fr. 10:30-13:00 Uhr,

Sa. und So. 8:00-13:00 Uhr

Speisezeiten – spät:

Fr. und Sa. 17:30-19:30 Uhr

Veranstalter:



Der Berufsverband der Yoga Vidya LehrerInnen (BYV). Der Verband hat zum Ziel, Menschen durch die Praxis des klassischen, authentischen Yoga zu Gesundheit, Persönlichkeitsentwicklung, Selbsterkenntnis und Bewusstseinsenerweiterung zu verhelfen.

Veranstaltungsort: Das Seminarhaus Yoga Vidya Bad Meinberg. Der Hauptashram von Yoga Vidya in Bad Meinberg ist ein großer spiritueller Kraftort, wunderschön im idyllischen Teutoburger Wald bei Bielefeld gelegen. Adresse: Yogaweg 7, 32805 Horn-Bad Meinberg.

Anmeldung: Per Post oder Fax mit Anmeldeformular (s. Seite 30/31; telefonisch unter 05324/870 oder per Mail: rezeption@yoga-viyda.de. Weitere Infos: yoga-vidya.de

Das Programm richtet sich an Erwachsene bzw. YogalehrerInnen. Einige Veranstaltungen sind auch für Kinder und Teens offen, hierfür bitte die Kennzeichnung beachten.



für Teens



für Kids

Das Programm – mit eventuell auftretenden Änderungen nach Druckschluss – ist online hier zu finden: yoga-vidya.de/Kinderyogakongress

Donnerstag, 12. März 2020

21:10-22:00 **Auftaktkonzert**



mit **Manfred Flathe & Berndt Petroschka**

Tauche ein in die wunderbaren Klänge dieser zwei exotischen Instrumente: Surbahar (Bass-Sitar) und Tabla. Lasst euch von Manfreds und Berndts virtuosem Spiel verzaubern!

Freitag, 13. März 2020

10:30-13:00 **Brunch**

12:15-13:15



Begrüßung durch Sukadev Bretz, 1. Vorsitzender des BYV und Leiter von Yoga Vidya e.V. sowie weiteren Gästen

13:20-14:15 **Eröffnungsvorträge**

Was Kinder zum Wachsen und Entwickeln von uns brauchen (Silke Vishnupriya Weiß)

Welche Kompetenzen brauchen Kinder in der Welt von morgen wirklich? Wie wachsen sie „artgerecht“ auf? Wie können wir ihnen den Raum geben, ihr Potenzial zu entfalten? Kinder sind perfekte Wesen, die sich in ihrem Tempo entwickeln. Gleichzeitig sind sie zu Beginn ihres Lebens von uns Erwachsenen abhängig und von den Bedingungen, die wir ihnen für ihre Entwicklung bereitstellen. Kindheit verändert sich in unserer Zeit des Wandels, der Unsicherheit, der Komplexität und Ambiguität. Die Rolle von Digitalisierung und zunehmend globalem Bewusstsein ist ebenfalls enorm.

Wie baue ich ein Kinderyogaprojekt an Schulen auf? (Sibylle Schöppel)

Was sind die ersten Schritte, wenn ich ein Kinderprojekt an Schulen aufbauen möchte? Welche Themen kommen gut an? Worauf lege ich den Fokus? Wie manage ich eine ganze Klasse? Auf diese und weitere spannende Fragen möchte ich bei diesem Vortrag eingehen, um euch zu motivieren, Yogaprojekte in Schulen zu machen!

14:30- 16:00 **Workshops:**



Familienyoga im Land der Fantasie (Claudia Saalmüller)

Im Familienyoga üben Kinder und Eltern zusammen Yoga und verbringen wertvolle Zeit miteinander. ▶

Wir machen u.a. Partnerübungen, welche die Kinder mit ihren Eltern ausprobieren und mit nach Hause nehmen können. Alles ist verpackt in eine kindgerechte und spannende Geschichte!

Beziehungs- und Kommunikationsworkshop (Silke Vishnupriya Weiß und Kathrin Funk)

Menschen in ihrem Werden begleiten zu dürfen ist eine besonders schöne und gleichzeitig verantwortungsvolle Aufgabe. Kinder verdienen es, von Erwachsenen umgeben zu sein, die sich in sich zu Hause fühlen und in der Lage sind, Kinder in ihrem essenziellen Sein zu sehen. In diesem Workshop erfahren Werdens- und Lernbegleiter etwas über Kommunikations-, Wahrnehmungs- und Beziehungskompetenzen, um in der täglichen Praxis in Unterrichtsettings und zu Hause in Kontakt mit sich und den anderen zu bleiben. – Ein Schnupperworkshop für die Weiterbildung zum Lernkultur-Coach für Potenzialentfaltung, die bei Yoga Vidya angeboten wird.



„Happiness-AG“-Workshop (Natalia Soorya Preet Kaur)

Hier erfährst du, was mich dazu bewegt hat, das Thema Glück an Schulen zu unterrichten! Du erfährst, wie ich vorgehe, welche Themen ich wie in den Vordergrund bringe. Spielerisch gehen wir in dieser AG dem Glück auf die Spur, werden zu neugierigen Glücksforscherinnen und -forschern und packen unseren Glückskoffer mit nützlichen Werkzeugen. Diese Werkzeuge helfen uns und erinnern uns, dass wir unser ‚Glückes Schmied‘ sind :-). Happiness is your birthright! – Yogi Bhajan. Für Schulkinder.



Erfahrungsbericht eines Kinderyogabuch-Autors & Mitmachstunde: Yoga mit Govinda dem Erdmännchen (Florian Sprater)

Ich nehme dich mit auf meine spannende Reise von der ersten Idee, ein Kinderyoga Mitmachbuch zu kreieren, bis zum fertigen Buch. Ich erzähle dir, welchen Herausforderungen ich bei der Realisierung meines Herzensprojekts begegnet bin. Im Anschluss erkunden wir in einer Kinderyogastunde - gemeinsam mit Govinda dem Erdmännchen - den Kontinent Afrika.



Lachyoga. Spiel, Spaß und Toben! Für Kinder von 3-12 Jahren (Gisela Dombrowsky)

Für die Vernetzung der beiden Gehirnhälften ist es wichtig, dass Kinder spielen, lachen und toben. Mit Lebensfreude und Begeisterung meistern sie viel leichter den Schulalltag und Wettkämpfe im Sport. Bei praktischen Lachyoga-Übungen für Kinder wird geprustet, gelacht und einfach Blödsinn gemacht.



Kinder-Yoga-Märchen mit Massageelementen (Rosa Di Gaudio)



16:15–17:30

Kinderyoga–Musterstunden:



Partneryoga / Yoga zu zweit mit Kindern (Shakti Uta Jagusch, Nitya Nicolle Ruhner)

Zu zweit werden wir mit den Kindern Partneryoga praktizieren. Die Kinder spüren ihre eigenen Möglichkeiten und Grenzen und die des Partners bzw. der Partnerin. Zu zweit macht Yoga noch mehr Spaß! Eine Klangreise rundet die Stunde ab und führt die Kinder in das Reich ihrer Phantasie.



Kinderyogastunde nach Kidding around Yoga (Felicitas Scheel)

Traditionelles Yoga wird kindgerecht durch Musik, Spiel und Spaß vermittelt. Einfache Techniken und einzigartige Lieder helfen, spielerisch Yoga, Meditation, Pranayama und Entspannung mit Kindern und ihren Eltern zu praktizieren. Für Kids ab 4 Jahre



Familienyoga und Klangmassage (Tina Buch)

Hier kann die ganze Familie wohltuende Klangschwingungen in Kombination mit Yogaübungen erleben. Klang wird spielerisch auf allen Ebenen sinnlich erfahrbar gemacht. Eine besondere Yogazeit für die ganze Familie!

16:15–17:45

Workshops:

Entspannungstraining mit Yogaelementen für Kinder (Prof. Dr. Marcus Stück, Varvara Weber)

Lerne Yoga-, Meditations- und Atemübungen sowie Phantasiereisen, Massagetechniken und Sinnes-Übungen für Kinder und Jugendliche kennen. Das Entspannungstraining mit Yogaelementen wurde an der Universität Leipzig durch Prof. Dr. Marcus Stück entwickelt. Es ist das erste wissenschaftlich fundierte Yogaprogramm für Kinder.

Yoga in der Therapie (Nina Möhle-Berg)

Wie vermittele ich einfache, aber wirkungsvolle Yogaübungen auf weltanschaulich neutrale Weise an psychisch belastete Kinder, Jugendliche und Familien? Wie kann ich diese Werkzeuge in der Selbstfürsorge für Therapeuten und BetreuerInnen nutzen?

Yoga für Jugendliche (Ulla Bräunlich)

Wie kann eine gelungene Yogaeinheit für Teens (ca. 12-16 Jahre) aussehen? Workshop mit Einführung zum Thema Pubertät, vielen Praxisbeispielen und Anregungen, wie z.B. Bewegungsabfolgen, Musikbeispielen, Affirmationen, Entspannungs- und Atemübungen, Mudras und Phantasiereisen.

Brett-Yoga (Nicole Stammnitz)

Wie gehe ich mit dem „Brett“ um? Wie pflege ich dieses Brett, wie kann ich dieses in der Praxis einsetzen? Welche Übungen kann man auf dem „Brett“ ausüben? Sei gespannt, was man mit diesem vielseitigen Yoga-Tool alles machen kann!



Kinderyoga mit Taekwondo und Trommeltanz - „Stark wie ein Löwe, frei wie ein Vogel“ (Sibylle Schöppel)

Erfahre, wie sich diese scheinbar gegensätzlichen Aktivitäten - Yoga, Taekwondo und Trommeltanz - wunderbar ergänzen und bereichere deine eigenen Kinderyogastunden mit den von uns vorgestellten Methoden. Mit dieser Kombination kann jedes Kind seinen eigenen Rhythmus finden, lernt seine Grenzen kennen und erzielt immer wieder neue persönliche Erfolge. Dies steigert das Selbstwertgefühl, was wiederum Basis für ein soziales und faires Miteinander ist. Lern' unser beliebtestes Projekt aus Österreich kennen!

... parallel finden im Haus weitere Yogastunden für Erwachsene statt (s. Aushänge).

17:30-19:30 Abendessen

18:30-19:30 Interaktiver Vortrag:



Wie inspiriere ich Kids & Jugendliche beim Yoga? Kinderyoga bei Yoga Vidya (Luca Sumitra Fischer, Wiebke Pflugner)

Die Ganesha-Kinderebene stellt sich vor! Seminare, Workshops und das Yoga Summer Camp. Fühlt euch herzlich willkommen!

20:00-22:00 Satsang mit Kurzvortrag, Arati (Lichtzeremonie) und Kirtan-Singen für Kinder, mit Sukadev Bretz



20:00–20:20 **Meditative Klangreise** (Nina Möhle-Berg)



Lass dich von den Schwingungen der Klangschalen auf eine meditative Reise in deine Phantasie mitnehmen. ... und weitere Meditationen

21:10–22:10 **Podiumsdiskussion** Yoga an Schulen und Yoga als Schulfach! (u.a. mit Jens Augspurger, Florian Sprater, Ina Savitri Welzenbach, Sibylle Schöppel und Silke Vishnupriya Weiß, Narendra Hübner. Moderation: Kerstin Linnartz)



Yoga an Schulen und Yoga als Schulfach! – Unsere geladenen Gäste erzählen von ihrer Vision, ihren Erfahrungen und Empfehlungen. Auch wird sich darüber ausgetauscht, welche Schritte noch zu gehen sind, um Yoga als festen Bestandteil im deutschen bzw. deutschsprachigen Schulsystem zu etablieren.



Samstag, 14. März 2020

- 5:00** **Homa** (indisches Feuerritual)
- 6:00** **Pranayama** (Atemübungen) für Fortgeschrittene
- 7:00** **Morgenmeditation und Mantra-Singen** mit Kurzvortrag und Arati (Lichtzeremonie) mit Sukadev Bretz
- 8:00-10:00** **Frühstück**
- 8:15-9:00** **Vorträge:**
Yoga KINDERleicht – traditionelles Yoga spielerisch vermittelt (Felicitas Scheel)
Wie schaffe ich es, traditionelles Yoga kindgerecht zu vermitteln? Wie strukturiere ich eine Kinderyogastunde? Wie gelingt es mir, die Kinder dort abzuholen, wo sie stehen und - egal in welcher Umgebung ich gerade unterrichte? Diese und weitere Fragen werden erörtert.
- Aufbau/Struktur einer Kinderyoga-Einheit (Nitya Nicolle Ruhner)**
Wie baue ich eine ganzheitliche Kinderyoga-Einheit auf? Alter, Tageszeit, Dauer, Gruppengröße, Einrichtung, Raum sowie Regeln und Rituale sind hier wichtige Aspekte. Auch Themen und Ziele einer Kinderyogastunde, Yogaelemente und Umgang mit gesundheitlichen Einschränkungen werden thematisiert.
- 9:15-10:30** **Kinderyoga-Musterstunden:**
Lebendig und kreativ: Eltern-Kind-Yoga rockt! (Andrea & Marisol Helten)
Wenn sich Groß und Klein auf der Matte begegnen, steht die Verbindung im Vordergrund. Erlebt eine mitreißende Praxis voller Abenteuer, in der Andrea und ihre Tochter Marisol ihr Verständnis von modernem Kinderyoga mit euch teilen. Leicht, luftig und mit viel Freude an der achtsamen Bewegung!
- Lachyoga. Spiel, Spaß und Toben! Für Kinder von 3-12 Jahren (Gisela Dombrowsky)**
Hier darf gelacht werden! Lachyoga ist Lachen, Spiel, Spaß und Toben. Praktische Lachyoga-Übungen bringen alle zum Giggeln, Kichern und Prusten. Entspannung ist garantiert.





Klangyoga für Teens (Nina Möhle-Berg & Ulla Bräunlich)
Klangschalen begleiten dich durch deine Yogahaltungen und führen dich in die Ruhe und Entspannung. Die Klänge und Schwingungen helfen dir, den Körper wahrzunehmen und in kleine Meditationen einzutauchen entdecke mit uns die Welt des Klangyoga!



Acro Yoga für Eltern, Jugendliche und Kinder (Annika Siegenbruk & Maik Piorek)

Spiele, vertraue, schaffe und genieße Verbindung. Erfahre das gegenseitige Geben und Nehmen - ganz ohne Erwartungen und Druck. Mit leichten akrobatischen Spielen beginnen wir das innere Kind zu wecken, um dann in die Welt des „Fliegens“ einzutauchen. Körper, Geist und Seele erleben eine neue Tiefe der Selbsterfahrung sowie Offenheit, Balance und Harmonie. Ergänzt wird die Praxis durch liebevolle und sinnliche Begegnungen bei der Ayur-Thaimassage.

... sowie mehrere parallele Yogastunden für Erwachsene (s. Aushänge).





9:15–10:45

Workshops:

Empathieschule für Kinder – Einführung in TANZPRO-Biodanza für Kinder (Prof. Dr. Marcus Stück, Vineta Greaves, Alejandra Villegas)

TANZPRO-Biodanza für Kinder ist ein evidenzbasiertes und wissenschaftlich evaluiertes tanzorientiertes Programm mit Biodanzelementen. Beim Biodanza wird das Leben („Bios“) mit integrierten Bewegungen („Danza“) getanzt. Dabei werden mit „Vivencias“ (Erlebnissen) gearbeitet, welche sich bei Kindern auf die Bereiche Vitalität, Affektivität und Kreativität beziehen. Kinder lernen beim TANZPRO-Biodanza, ihre Emotionen phantasievoll auszudrücken.



Die 10 kleinen Yogalehrer & Sonnengruß-Rap (Sundaram, Evelyn Marras)

Wir setzen die Geschichte „die 10 kleinen Yogalehrer“ bildlich um und lernen spielerisch erste Yogabegriffe kennen. Rap dich mit uns durch deinen Sonnengruß und stärke dein Selbstbewusstsein mit der Musik! Bewegung und Spaß stehen im Vordergrund.



be better! Mit Yoga besser durch den Kindheits- und Jugend-Dschungel (Kerstin Linnartz)

Warum Kinder mit Yoga besser zu Jugendlichen werden. Und warum Jugendliche mit Yoga besser mit dem Erwachsenwerden klarkommen! Für Kids ab 10 Jahre.

Audiopädie im Kinderyoga: Die Klanggeschichte des kleinen Sonnenkönigs Aurelino (Nadine Mescher, Dr. Daniela Heidtmann)

Kinderyoga trifft Audiopädie: Durch intensiven Austausch zwischen beidem ist eine - bereits praxiserprobte - Neuentwicklung entstanden. Diese besondere Kombination unterstützt die kindliche Entwicklung enorm. In einer klangvollen Lesung wird das Konzept des kleinen Sonnenkönigs Aurelino vorgestellt.



ProYoBi-Workshop „Von Katzen und Tigern“ - Kinderyoga im Bildungsalltag (Katrin Trescher)

Viele praktische Übungen, die einen Einblick in die Methodik des „Programms für Yoga in Bildungseinrichtungen“ nach Petra Prossowsky geben. Katzen sind gleichermaßen sanft und stark. Auch Kinder sollen zu starken Persönlichkeiten mit Mitgefühl für sich und andere heranwachsen. Mit Reimen, Geschichten, Liedern und Entspannungs- und Achtsamkeitsübungen zum Thema Katzen/Tiger, bekommst du Anregungen, Yogaelemente in den Schul- und Kitaalltag zu integrieren. Es bleibt Raum für individuelle Variationen der Übungen für Lerngruppen mit besonderem Förderbedarf.



5-Elemente-Kochworkshop (Astrid Waligura)

Wir zaubern leckere Snacks & Dips zum easy Selbermachen zuhause. Das wird köstlich! Für max. 16 TeilnehmerInnen.

10:30-13:00 Brunch

10:30-11:00 Meet & Greet - Austausch mit Referentinnen & Referenten im Foyer Café Maya

12:00-13:00 „Koch“Show: Es muss nicht immer Schoko sein! (Kerstin Linnartz)

Gesunde leckere Nachtische für Kids. Selbstgemacht & zum Probieren!

12:00-13:00 Führung durch die Ayurveda Oase Informationen und Beratung über Ayurveda-Anwendungen

12:00-13:00 Informationen und Beratung über die verschiedenen Berufsverbände: BYV, BYAT und BYVG

14:15–15:45

Workshops:

Stilleübungen für Kinder? – Das geht doch nicht – oder doch? (Ina Savitri Welzenbach)

Für Kinder ist der Begriff der Stille häufig negativ belegt mit Langeweile. Ermahnungen wie „sei ruhig“ oder „sei doch mal still“ tragen dazu bei. Doch Stille kann auch ein spannendes Erlebnis sein! Ein Workshop, um neben den medizinischen und psychischen Wirkungen von positiver Stille auch viele praktische Stilleübungen zu üben und methodisch-didaktische Anleitungen an die Hand zu bekommen.

Empathieschule für Kinder – Einführung in Wert schätzende Kommunikation auf Grundlage der Gewaltfreien Kommunikation nach Rosenberg (Prof. Dr. Marcus Stück, Marion Müller)

Das hiervorgestellte Interventionsprogramm zur Gewaltprävention beruht auf der Grundlage der Gewaltfreien Kommunikation nach Marshall B. Rosenberg. Es fördert die sozialen, sprachlichen und emotionalen Kompetenzen der Kinder und schafft ein friedvolles Klima. Kinder lernen das Wahrnehmen, das Anerkennen und einen empathischen Umgang mit eigenen Bedürfnissen und den Bedürfnissen ihrer Mitmenschen.

Klangyoga für Kinder (Tina Buch)

Elemente aus den Klangmethoden verbunden mit Kinderyoga. Erlebe wohltuende Schwingungen der Klänge in Kombination mit Yogaübungen. Der gezielte Einsatz der Klänge unterstützt den Atemfluss, die Yogahaltungen und Yogaflows sowie das Loslassen während der Entspannung. Klang wird spielerisch auf allen Ebenen sinnlich erfahrbar!

Yoga der Sinne (Matangi Melanie Eichberger)

Fühlend, hörend, sehend, schmeckend und riechend die innere und äußere Welt entdecken. Mit „Yoga der Sinne“ schafft Matangi einen sinnlichen Raum zwischen Erde und Himmel, zwischen Wurzeln und Flügeln, zwischen Wachsen und Zuhause SEIN. Auch eine Kinderyoga-Musterstunde bietet Matangi zu diesem Thema an.



Hilfe Alltag! Yoga für Eltern und Kinder (Radhika Annika Siegenbruk & Maik Piorek)

Eltern und ihre Kinder brauchen Momente der Entspannung um sich selbst spüren zu können und sinnvoll mit allen Sinnen ihre Zeit zu verbringen. Oft bleibt neben den vielen Terminen am Tag nur wenig Zeit für gemeinsame Ruhemomente und Spiele. Du kannst mit deinen Kindern einmal gemeinsam entspannen, Yoga üben und etwas Gutes für euch tun. In lustigen und entspannenden Yoga-Übungen könnt ihr euch gegenseitig anlehnen und stützen. Spielen, Tanzen und eine gegenseitige Massage runden das Yoga ab. Eine schöne Fantasiereise, bei der du und dein Kind gemeinsam lauschen, entspannen und kuscheln können, gibt es auch!



Bewegungsgeschichten & Yogaspiele (Shakti Uta Jagusch, Nitya Nicolle Ruhner)

Yogaübungen für Kinder kreativ in Bewegungsgeschichten & -spiele integriert. Was sind Bewegungsgeschichten und was sind Yogaspiele? Schreibe selbst Anleitungen, lerne mit den Kindern frei zu erzählen & zu erfinden. Gemeinsames Praktizieren! Spaß und Freude garantiert!



16:00–16:45 Vortrag:

Unruhig – Unkonzentriert – Lernschwierigkeiten? Wie können Yoga und Ayurveda helfen? (Ina Savitri Welzenbach)
Unruhige Kinder mit Konzentrations- und Lernschwierigkeiten bekommen sehr schnell Diagnosen wie ADHS, Legasthenie oder Autismus. Ebenso schnell werden schulmedizinische Maßnahmen, wie Verhaltenstherapie, Lerntherapie oder Medikamente verordnet. Der Vortrag zeigt zunächst auf, wie die Schulmedizin vorgeht, um anschließend Alternativen aus dem Bereich Yoga und Ayurveda vorzustellen.

16:00–17:30 Workshops:

Bro'Camps – ein Sozialprojekt mal nur für Jungs! (Jens Augspurger)

Ausgehend von einem konkreten Projekt – Bro' Camps für sozial benachteiligte Jungs – sind alle eingeladen, die sich für Yoga-Projekte mit sozialer Zielsetzung interessieren. Machst du vielleicht schon ein Yogaprojekt an (d)einer Schule? Dann bist du hier genau richtig! Lasst uns einen tollen Austausch haben, Infos teilen & und uns vernetzen!

Kinderyoga Asanas für einen starken Rücken und eine natürliche kraftvolle Körperhaltung (Claudia Rühle)

Dynamisches Fasziyoga für Kinder gleicht statische Dysbalancen aus. Es kommt den kindlichen Bedürfnissen nach Bewegung sowie den modernsten physiologischen Erkenntnissen zu einem flexiblen Bewegungsapparat und einer gesunden rückwärtigen Muskulaturkette nach. Wir lernen neue Varianten der klassischen Asanas für Kinder!

Lernen durch Yoga (Eva Nowaczek)

Um herauszufinden warum es vielen Kindern schwer fällt, sich zu konzentrieren, ruhig zu werden oder simple Bewegungsabläufe zu üben, schauen wir uns Aspekte der Hirnentwicklung an.

„Yoga, Mond und Sterne“: Das Yoga-Abendritual für Familien (Dr. Daniela Heidtmann)

Mit Yoga die Kinder glücklich ins Bett bringen und Zeit für die abendliche Stille finden das ist mit diesem dreiteiligen Ritual ganz leicht! Es zeigt, wie Yoga und Achtsamkeit spielerisch in den Familienalltag integriert werden. Man braucht dafür: Liebe und mindestens 10 Minuten Zeit. Für KinderyogalehrerInnen und Eltern.



16:00-17:15

Kinderyoga-Musterstunden:



Abenteuer mit den kleinen Yogis – Kinderyoga (Claudia Saalmüller)

Es gibt Geschichten zum Erleben und Entspannen, Übungen zur Schulung unserer Sinne und Achtsamkeit und einen Asanakoffer mit Hunden, Katzen, Kobras, Helden und vielen anderen tollen Sachen... Wir basteln Mandalas und machen eine Meditation mit Steinen!



Eltern-Kind-Yoga mit dem „Brett“ und Einheiten aus dem Acroyoga (Nicole Stammnitz)

Wie gehe ich mit dem „Brett“ um? Wie pflege ich dieses Brett, wie kann ich dieses in der Praxis einsetzen? Welche Übungen kann man beim Eltern-Kind-Yoga auf dem „Brett“ ausüben? Freu dich auf eine spannende Yogastunde mit diesem besonderen und vielfältigen Yoga-Tool!



Yin Yoga für Kinder (Shakti Uta Jagusch)

In dieser Stunde erlernen die Kinder spielerisch einige Haltungen aus dem meditativen Yin Yoga. Es geht um die Entdeckung der Langsamkeit, des eigenen wahren Rhythmus' und das Spüren in den Stellungen. Klangschalen begleiten diese Stunde!



Kundalini-Yoga für Teens – Check mal dein Selbst! Selbstbewußtsein stärken (Natalia Soorya Preet Kaur)

Yoga ist ein Weg zur Selbsterkenntnis und stärkt den Kontakt zu dir und somit auch dein Selbst-Bewusstsein, Selbst-Vertrauen und Selbst-Wertgefühl. Im Teenageralter ist Vieles im Umbruch und Veränderungen finden auf allen Ebenen statt: physisch, mental und emotional. Yoga kann unterstützen, mit diesem inneren und äußeren Stress umzugehen und dabei ganz bei sich zu bleiben.



Yoga der Sinne (Matangi Melanie Eichberger)

Fühlend, hörend, sehend, schmeckend und riechend die innere und äußere Welt entdecken. Mit „Yoga der Sinne“ schafft Matangi einen sinnlichen Raum zwischen Erde und Himmel, zwischen Wurzeln und Flügel, zwischen Wachsen und Zuhause SEIN.

... sowie mehrere parallele Yogastunden für Erwachsene (s. Aushänge). Zwischen 16:30 – 18:15.

17:00-17:45 **Meet & Greet** - Austausch mit Referentinnen & Referenten im Foyer Café Maya

17:30-19:30 **Abendessen**

18:20-18:40 **Kleine Kinder-Puja** (= traditionelle indische Zeremonie)

18:45-19:45 **Interaktiver Vortrag:**



Wie inspiriere ich Kids & Jugendliche beim Yoga? Kinderyoga bei Yoga Vidya (Luca Sumitra Fischer, Wiebke Pflugner)

Die Ganesha-Kinderebene stellt sich vor! Seminare, Workshops und das Yoga Summer Camp. Fühlt euch herzlich willkommen!



20:00-21:00 **Satsang** mit Kurzvortrag und Arati (Lichtzeremonie), mit Sukadev Bretz



20:00-20:30 **Integriert in den Satsang:**



Kirtan-Singen mit Sundaram und Evelyn

21:10-22:35 **Vortrag:**

Oxytocin – synthetisch verheerend, organisch vermehrend. (Prof. Dr. Marcus Stück)

Über die Chancen und Bedeutung des Hormons Oxytocin für die interventive Arbeit mit Kindern und ihren Begleitpersonen.

Sonntag, 15. März 2020

- 5:00** **Homa** (indisches Feuerritual)
- 6:00** **Pranayama** (Atemübungen) für Fortgeschrittene
- 7:00** **Morgenmeditation und Mantra-Singen mit Kurzvortrag und Arati** (Lichtzeremonie) mit Sukadev Bretz

- 8:10-9:10** **Vorträge:**
Sensomotorik und Kinderyoga (Eva Nowaczek)
Wie man mit Grundwissen aus der sensomotorischen Integration den Yogaunterricht effektiver gestalten kann.

Wie bringe ich mein Kinderyoga-Business zum Laufen und welche Möglichkeiten gibt es, damit Geld zu verdienen? (Florian Sprater)

Ich teile in diesem Vortrag, wie ich mein Kinderyoga-Business aufgebaut habe und welche Zielgruppen es geben kann: z.B. Kindergärten und Schulen, aber auch Kooperationen mit Krankenkassen. Außerdem stelle ich dir weitere Verdienstmöglichkeiten als Kinderyogalehrer*in vor. Im Anschluss gibt es Zeit für individuelle Fragen.

- 8:00-10:00** **Frühstück**

- 9:25-10:55** **Workshops:**
YoYo und Motte (Andrea Helten)
- Auf der Basis der Kinderbuchreihe „YoYo und Motte“ von Altenbach/Winterbauer sind in Zusammenarbeit mit Andrea von Kinderyoga Berlin drei Kinderyogakonzepte entstanden. Andrea stellt das Buch und Konzept praktisch vor und erzählt von ihrem kreativen Schaffensprozess.



**Raufkommen ist leicht, aber wie komme ich wieder runter?
(Prof. Dr. Marcus Stück, Varvara Weber)**

Das Stresstraining mit Yogaelementen für Erwachsene wurde am Institut für Psychologie der Universität Leipzig von Prof. Dr. Marcus Stück entwickelt. Ausgehend von neuesten psychotherapeutischen Erkenntnissen bezüglich Stressreduktion werden stressrelevante Kompetenzen vermittelt. Auch wird mit Yoga, Meditation und Autogenem Training gearbeitet. Der Stellenwert dieses Trainings als Stressbewältigungsmöglichkeit wurde im Rahmen einer wissenschaftlichen Begleitforschung nachgewiesen.



**In Verbindung mit sich selbst und den anderen sein
(Claudia Rühle)**

Im Kinderyoga werden sehr leicht magische Momente der Verbindung von Körper, Geist & Seelen möglich. Wir brechen traditionelle „starre“ Asanas, Bewegungs- und Stundenabläufe auf, um den Kindern ein dynamisches Körpergefühl und die Verbindung zu sich selbst und anderen zu ermöglichen. Wir singen dazu Bewegungslieder und kindgerechte Mantren!



Familienyoga im Land der Fantasie (Claudia Saalmüller)

In diesem Familienyoga-Workshop können Kinder und Eltern zusammen Yoga üben und Zeit miteinander verbringen. Wir machen u.a. Partnerübungen, welche die Kinder mit ihren Eltern zusammen ausprobieren und mit nach Hause nehmen können. Dabei wird alles in eine kindgerechte und spannende Geschichte verpackt. Du erhältst viele Inspirationen, wie du daheim im Alltag mit deinen Kids Yoga üben kannst.

Marketing für KinderyogalehrerInnen (Tina Buch)

Kinderyoga zu unterrichten ist ein großes Geschenk. Wie aber erreiche ich meine Zielgruppe? Wie gestalte ich meine Angebote, dass die Kids weiterhin gerne kommen? Welche Werbung (Flyer, Homepage, Social Media etc.) macht Sinn? Was gibt es noch für Möglichkeiten, als Kinderyogalehrer*in zu arbeiten? Welche Kooperationen machen Sinn? Lasse dein Licht leuchten und zeige dich der Welt!



Yogaflows und kurze Entspannungstechniken für den Schulalltag (Sibylle Schöppel)

Es ist nicht immer einfach und möglich, eine ganze Yogastunde in den Schulalltag einzubauen. Du erlernst kurze Abfolgen und Konzentrationsübungen, die auch im Stehen und ohne Matte ganz einfach in der Schulklasse oder im Stuhlkreis gemacht werden können. Ich zeige dir kurze Sequenzen, die du jederzeit und überall - auch im Sitzen - anbieten kannst.

9:25-10:45



Kinderyoga-Musterstunden

Regenbogenyoga - Kinderyoga nach einem ganzheitlichen Konzept (Marlene Schnathmeier)

In der jetzigen, schnelllebigen Zeit mit vielen schulischen Anforderungen, medialen Reizen sowie einer Vielfalt an Freizeitmöglichkeiten wird es wichtiger denn je, Kindern Raum für Entspannung & Ruhe zu ermöglichen. Beim Regenbogenyoga wird aktive Bewegung mit Entspannung und Meditationen für Kinder kombiniert. Für Kinder ab 5 Jahre.



TeenYoga mit Popmusik (Nicole Stammnitz)

Fühl dich eingeladen, in dieser Yogastunde für Teens Asanas in Verbindung mit Pop-Musik zu erleben!

... sowie mehrere parallele Yogastunden für Erwachsene (s. Aushänge).

10:30-13:00 Brunch

11:30-12:15 Abschlussworte und spiritueller Segen mit Sukadev Bretz

12:15-13:15 Abschlusskonzert mit Manfred Flathe & Berndt Petroschka

Genieße wunderbare Melodien der beiden virtuoson Musiker Manfred und Bernd auf dem Saiteninstrument Sitar und der nordindischen Kesseltrommel Tabla.



Referentinnen und Referenten



Sukadev Bretz

Gründer und Leiter von Yoga Vidya e.V., Yoga- und Meditationslehrer. Als Yoga-Acharya mit 30-jähriger Unterrichtserfahrung lehrt er den ganzheitlichen Yoga nach Swami Sivananda und Swami Vishnu-devananda sehr lebensnah. Er verbindet Weisheit mit Humor und ist Buchautor.

Alphabetisch nach Vornamen:



Alejandra Villegas

Alejandra ist Biodanza-Lehrerin und Psychotherapeutin. Sie schrieb 2006 ihre erste Doktorarbeit zu Biodanza: „Der getanzte Weg“. Alejandra ist Mitentwicklerin des evidenzbasierten BIODANZA-Programms für Kinder TANZPRO-Biodanza.



Amari Tober

Amari ist - zusammen mit Jana Krützfeldt - die Organisatorin des Kinderyoga Kongresses. Sie ist Yogalehrerin (BYV), Yoga Vidya Acharya, Meditationslehrerin (BYV), spirituelle Lebensberaterin (BYV), Kinderyogalehrerin und ausgebildete Grafikerin. Amari lebt seit über 10 Jahren im Bad Meinberger Ashram, wo sie in der Eventorganisation und im Seminar- und Ausbildungsbetrieb tätig ist.



Andrea & Marisol Helten

Andrea „Rocky“ Helten ist Bloggerin, Autorin und Gründerin von „Kinderyoga Berlin“ (kinderyogaberlin.com). Sie vertritt einen modernen, authentischen Kinderyoga - mit wenig Material und SchnickSchnack. Andrea hat sich auf Eltern-Kind-Yoga spezialisiert und gibt - gemeinsam mit ihrer Tochter Marisol - regelmäßig Workshops in Berlin. Sie bildet auch im Bereich Kinderyoga aus.



Astrid Waligura

Astrid ist Dipl.-Sportlehrerin, Journalistin, vegane 5-Elemente-Köchin und TCM-Ernährungsberaterin. Sie liebt die gesundheitsunterstützende 5-Elemente-Küche der traditionellen chinesischen Medizin. 2018 gründete Astrid „DiabetesGenuss“.



Berndt Michael Petroschka

Berndt ist begnadeter Percussionist, Rhythmspädagoge, Yogalehrer und Berater. Er spielt die Pakhavaj-Trommel und die Tabla. Er hat 10 Jahre in Indien (Varanasi) von Pandit Badi Maharaj gelernt. Seit vielen Jahren begleite er indische Künstler*innen auf ihren Deutschlandtours. Zusammen mit Manfred Flathe gibt er zwei tolle Konzerte beim Kongress.



Claudia Rühle

Claudia ist Soziologin und krankenkassenzertifizierte Yogalehrerin (BYV). Sie bietet mit „Sunlight Kidyoga“ in Berlin regelmäßig Kinderyogaaus- und -weiterbildungen an. Sie ist wissenschaftliche Mitarbeiterin im DFG-Forschungsprojekt ‚Kindheit und Smartphones‘. Claudia verkauft Kinderyoga-DVD's, -Malbücher und ihre flauschigen „Kuschelgötter“.



Claudia Saalmüller

Claudia ist Yogalehrerin und Tanzpädagogin. Sie ist ausgebildete Yogalehrerin für Kinder-, Vinyasa und Yin Yoga.



Dr. Daniela Heidtmann

Daniela ist Kommunikationswissenschaftlerin und seit 2002 Yogalehrerin (BYV). Das von ihr entwickelte Yoga-Abendritual zum besseren Einschlafen hat schon vielen Familien geholfen. Bekannt wurde sie durch ihre Bücher „It's Buddha Time“ und „Yoga, Mond und Sterne“. Sie betreibt eine Yogaschule in Mannheim (yoga-neckarau.de) und bildet aus.



Eva Nowaczek

Eva ist staatlich anerkannte Erzieherin seit über 15 Jahren und seit 3 Jahren Trainerin für sensomotorische Integration. Sie ist Yogalehrerin - u.a. für Yin Yoga, Prenatal-, Postnatal- Yoga und unterrichtet Kinder und Teens in Schulen, Kindergärten und Vereinen.



Evelyn Marras

Evelyn ist Kinder- und Jugendyogalehrerin (YA), zertifizierte Instruktorin in BODYBALANCE und Yogalehrerin (BYV). Seit 2013 unterrichtet sie Yoga im Kindergarten und - als Jugendbegleiterin - an einer Förderschule. Ihre ansteckende Lebensfreude zeigt sich in ihrem spielerischen Unterricht, bei dem sie auch gern singt und Harmonium spielt.



Felicitas Scheel

Felicitas hat ihre erste Yogalehrerausbildung 2011 im Sivananda-Zentrum in Indien absolviert. Seit 2012 ist sie als Yogalehrerin für Kinder und Erwachsene in Frankfurt und Bremen tätig und seit 2018 in Spanien. Seit 2015 ist sie Ausbilderin und Koordinatorin für „Kidding around Yoga“ und weltweit aktiv.



Florian Sprater

Florian ist krankenkassenzertifizierter Yoga- und Kinderyogalehrer, Projektmanager sowie Kinderbuch- und Hörbuchautor. Sein Herzenswunsch ist, Kinderyoga an Schulen zu bringen! In Kooperation mit einer großen deutschen Krankenkasse hat er dazu ein Projekt für Schulen und Kindertagesstätten entwickelt. In seinem Studio „Govinda Yoga“ bietet er auch Yoga für Erwachsene sowie Yoga in Unternehmen an.



Gisela Dombrowsky

Lachyoga Master-Trainerin (Laughter Yoga University Dr. Madan Kataria) und Entspannungspädagogin für Erwachsene und Kinder. Gisela ist in Kitas, Schulen und im Kinderkrankenhaus tätig und bietet Aus- und Fortbildungen für Erzieher*innen und Pädagoginnen und Pädagogen an.



Ina Savitri Welzenbach

Ina Savitri studierte Literatur, Philosophie und Politik. Als Heilpädagogin, psychologische Beraterin sowie Autorin verbindet sie Elemente des Lesens und Schreibens mit psychologischen und therapeutischen Prozessen.



Jana Krützfeldt

Jana ist - zusammen mit Amari - die Organisatorin des Kinderyoga Kongresses. Sie ist Yogalehrerin (BYV), Kinderyogalehrerin (BYV) und Dipl.-Soziologin. Jana lebt seit ca. 5 Jahren bei Yoga Vidya Bad Meinberg und ist in der Eventorganisation und im Yoga- und Seminarunterricht tätig. Mit Kids & Teens macht sie Yoga gern auch in Kombination mit Musik und dem brasilianischen Kampftanz Capoeira! Ihr neuestes Hobby ist SUP Yoga auf dem See.



Jens Augspurger

Jens Augspurger ist Politikwissenschaftler, Yogalehrer und Mediator. Derzeit promoviert Jens zum Thema Yogabewegungen. Er ist Koordinator der geplanten „Bro' Camps“, einem Projekt des „Yoga Councils“ - der Zukunftswerkstatt von Yoga Vidya. Dies sind Natur- und Selbsterfahrungsamps für sozial benachteiligte Jungs.



Kathrin Funk

Kathrin begleitet Kinder und Jugendliche an Schulen, in Kindergärten und anderen sozialen Einrichtungen und Projekten. Im Mittelpunkt ihrer Arbeit stehen sichere Bindungen, Präsenz, Transparente Kommunikation und Freude am Leben. Über die „LernKulturZeit“ ist sie seit einigen Jahren auch in der Erwachsenenbildung tätig.



Katrin Trescher

Katrin ist Förderschullehrerin an einer Schule für geistige Entwicklung, Sprachheilpädagogin, ProYoBi®-Trainerin und Referentin im Team von Petra ProBowsky, Kursleiterin im Zentrum für Bildungsgesundheit Leipzig, langjährige Kinderyoga-VHS Dozentin und Leiterin von, ProYoBi®-Ausbildungen und Workshops in Halle.



Kerstin Linnartz

Kerstin ist eine etablierte und vielfältig erfahrene TV- und Event-Moderatorin. Sie ist zudem Buchautorin von „My Yoga Essentials“ und „Business Yoga – nie mehr gestresst im Büro“. Als Yogalehrerin hat sie ihr eigenes Yogakonzept konzipiert: „Be better“. Sie moderiert beim Kongress die Podiumsdiskussion, leitet einen Workshop und zaubert für uns gesunde Nachtische für Kids!



Manfred Flathe

Manfred ist Gitarrist, Komponist und Musikpädagoge. Er spielt die indischen Langhalblauten: Sitar und Surbahar. Er war Meisterschüler von Prof. Acharya M. Junius. Er kann aus dem Augenblick heraus den ‚Raga‘ (die melodische Grundstruktur der klassischen indischen Musik) entstehen lassen.



Marcus Stück, Prof. Dr.

Marcus ist Privatdozent am Psychologischen Institut der Universität Leipzig und Professor für Psychologie an der Pädagogischen Hochschule in Riga. Er leitet das Zentrum für Bildungsgesundheit sowie eine Biodanza-Schule in Leipzig. Seine wissenschaftlichen Schwerpunkte sind u.a.: Entspannung, Stress, Yoga, Kinderyoga und Entwicklung und Evaluation psychologischer Interventionen zur Fähigkeitsentwicklung.



Marlene Schnathmeier

Marlene ist Grundschullehrerin in Hamburg und seit 2016 unterrichtet sie Kinderyogakurse mit dem patentierten Konzept „Regenbogenyoga“. Sie unterrichtet mit viel Herz und Freude!



Matangi Melanie Eichberger

Matangi ist seit 2008 Kinderyogalehrerin mit Herz und Seele. Seit 13 Jahren ist sie eng mit Yoga Vidya verbunden und leitet seit 2011 die „Yogareisen Natürlich Korfu“ (www.matangi-yoga.com).



Nadine Mescher

Nadine ist Dipl.-Waldorfpädagogin und Audiopädin. Seit 2011 unterrichtet sie Aktive Klangarbeit und Meditationsstunden mit Kindern und integriert seit 2018 Kinderyoga in ihre Arbeit. Auch ist sie tätig in der Beratung und im Verkauf von Instrumenten (www.asteya-shop.com).



Narendra Hübner

Yoga Vidya Acharya, ist Sivananda Yoga Vedanta-Yogalehrer und leitete als ehemaliger Balletttänzer eine eigene Ballettschule. Er studierte Musik und Instrumentalpädagogik. Die Schüler schätzen ihn als charismatischen, vielseitigen Yogalehrer und Ausbildungsleiter mit einem riesigen Erfahrungsschatz. Leiter des Hauses Yoga Vidya Bad Meinberg.



Natalia Soorya Preet Kaur

In ihren „Happiness“-Workshops wird sie von den Kids gern „Frau Happy“ genannt. Sie ist Yogalehrerin (Kundalini/Hatha Yoga), Klangtherapeutin und Glücksbotschafterin für alle Altersstufen. Aktuell gibt sie viele Kurse für Kinder und Jugendliche an Schulen und Kindergärten.



Nicole Stammnitz

Nicole ist Erzieherin und als Yogatrainerin auf Mama-Baby-Yoga sowie Kinder-, Teen- und Eltern-Kind-Yoga spezialisiert. Seit 2018 bietet sie Yoga für Firmen an und seit 2019 auch Thai-Yoga-Massagen im Personal Training.



Nina Möhle-Berg

Nina ist Ergotherapeutin, Yogalehrerin (BYV), Übungsleiterin für Kinder- und Jugendyoga und P.-Hess-Klangmassage-Praktikerin. Sie absolvierte Weiterbildungen in E.-Hess-Klangyoga für Kinder, traumasensiblen Yoga (TSY) und Yin Yoga. Seit 2005 ist sie in der Kinder- und Jugendpsychiatrie tätig.



Nitya Nicole Ruhner

Nitya ist Yogalehrerin (BYV), Yogatherapeutin (BYV), Kinderyoga-Übungsleiterin (BYV), Autorin und Initiatorin des „Kinderyoga-Netzwerkes Sachsen“. Sie ist freie Mediendesignerin und leitet Yogakurse und -workshops für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. 2017 hat sie den „Sonnemond-Verlag“ gegründet und ist als Herausgeberin und Autorin tätig.



Radhika Annika Siegenbruk & Maik Piorek

Radhika & Maik haben das Yogastudio „Amara Yoga“ gegründet. Radhika ist Marketing-Vertriebsökonomin, Trainerin für Gewaltprävention von Kindern und Jugendlichen, Yogalehrerin (BYV), Senioren-Yoga-Übungsleiterin (BYV), Kinder-Yogalehrerin (BYV), Meditationskursleiterin (BYVG) und ausgebildet im Passive Yoga /Ayur Thai Massage (AYV) und Reiki I und II. Zusammen mit ihrem Partner Maik gibt sie Seminare zu Partnernyoga, Bodywork und Acroyoga.



Rosa Di Gaudio

Rosa ist Yogalehrerin (BYV), Entspannungspädagogin, Thai Yoga-Masseurin und ausgebildete Erzieherin. Sie hat ein mobiles Yogastudio „Leben in Balance – Yoga Rosa“ mit einem breiten Yogaangebot für alle Zielgruppen und vielfältige Themengebiete.



Shakti Uta Jagusch

Shakti ist Yogalehrerin (BYV) und seit 2015 als Kinderyoga-Lehrerin tätig. Sie unterrichtet Kinder in verschiedenen Einrichtungen sowie Eltern-Kind-Yoga. Sie ist ausgebildet in: Klangyoga, Klangmassagen, Gong, Yoga und schamanischem Heilen und Yin Yoga.



Silke Vishnupriya Weiß

Silke ist Leiterin und Gründerin der „LernKulturZeit Akademie“, die für Netzwerk, Coaching und Weiterbildungen und für eine neue Lern- und Schulkultur steht. Silke ist Initiatorin des Online-Symposiums „Pioneers of Education“ und des Symposiums „Bildung und Bewusstsein“. Die ehemalige Gymnasiallehrerin arbeitet als Coach, Organisationsentwicklerin, Yogalehrerin und Schulentwicklungsberaterin in Hessen.



Sundaram

Sundaram ist klassisch ausgebildeter Musiker und einer der führenden Mantrasänger im deutschsprachigen Raum. Sundaram schlägt mit seiner Musik eine Brücke zwischen indischer und europäischer Musik, zwischen vedischer und abendländischer Tradition. Er ist mit Gopi Bretz Mitbegründer von ‚Mantra Yoga‘ als eigener Stilrichtung.



Sibylle Schöppel

Sibylle ist Pädagogin und Geschäftsführerin des Institut PROJOG. Seit 2001 unterrichtet sie Kinderyoga und seit 2006 bietet sie auch Kinderyogalehreraus- und -fortbildungen in Österreich und Deutschland an. Im Juli 2009 hat sie den 1. Österreichischen Kinderyoga-Kongress initiiert.



Tina Buch

Tina ist Yogalehrerin (BYV), Kinderyogalehrerin (KYA/KYD), Entspannungspädagogin (BTB) und Erzieherin. Sie arbeitet seit 2007 mit einem Konzept „EASY KIDS“ und verzaubert mit ihrem tollen Klangyoga Klein und Groß!



Ulla Bräunlich

Ulla ist Yogalehrerin für Kinder und Jugendliche, Entspannungspädagogin, Yogalehrerin (BYV) und Schauspielerin. Seit 2008 arbeitet sie als Kinderyogalehrerin an Berliner Grund- und Sekundarschulen. Ulla ist Referentin für Kinderyoga an Instituten und Schulen und im Team von ProYoBi (Petra Prossowsky).



Varvara Veber

Varvara ist Yogalehrerin und Ausbilderin für EMYK (Entspannungstraining mit Yogaelementen) am Zentrum für Bildungsgesundheit. Sie ist ausgebildete Juristin.



Vineta Greaves

Vineta ist Psychologin und Wissenschaftlerin an der International Research Academy BIONET. Tätig ist sie zudem als Biodanzlehrerin und Psychotherapeutin.

Kongressgebühren

Preise für Erwachsene

Pauschal-Preise (Programm mit Verpflegung und Übernachtung):

Fr-So: Mehrbettzimmer (MZ) 204 €, Doppelzimmer (DZ) 237 €, Einzelzimmer (EZ) 272 €, Schlafsaal/Zelt/Wohnmobil (S/Z/Womo) 177 €. Zusätzliche Übernachtung: MZ 52 €, DZ 69 €, EZ 86 €, S/Z/W 38 €.

25% Ermäßigung für junge Menschen bis einschl. 25 Jahre auf Zeltplatz/Schlafsaal/Wohnmobil.

Tageskarte (Programm mit Verpflegung ohne Übernachtung):

Fr. und So. je 45 €, nur Sa. 73 €.

10% Ermäßigung für BYV-, BYVG-, BYAT-Mitglieder

Kurzfristige Änderungen vorbehalten. Für manche Workshops gibt es beschränkte Teilnehmerzahlen. Es empfiehlt sich daher eine frühzeitige Anreise mit Eintragung in die Workshop-Listen.

Anmeldung: siehe S. 30/31

Bitte frühzeitig anmelden.

Preise für Kinder, Jugendliche & Schulklassen

Komplettes Kongressprogramm: halber Erwachsenen-Preis.

Tageskarte: halber Erwachsenen-Preis.

Tagespauschale pro Schulklasse:

Fr./So.: 60 €, Sa. 120 €. Übernachtung auf Anfrage.

Kinderbetreuung: für Kinder unter 3 Jahren – nur auf Anfrage (kein Wickeln): halber Tag 35 €, ganztags 70 €.

Bitte vorher anmelden.

Kinder ab 3 Jahren entweder für das Kinder-Kongressprogramm oder das Kinderyoga-Seminar anmelden. Dieses bieten wir an für Kinder zwischen 3 - 6 und 7 - 12 Jahren. Den genauen Tagesablauf kannst du telefonisch erfragen, du findest ihn auch in der Seminarübersicht unter www.yoga-vidya.de.

Anmeldung: siehe S. 30/31.

Bitte frühzeitig anmelden.

Anmeldung für Erwachsene

Verbindliche Anmeldung für **Erwachsene** zum **Kinderyoga Kongress**
vom 13.3.-15.3.2020

Bitte per Post oder Fax an: Yoga Vidya Bad Meinberg
Yogaweg 7, 32805 Horn-Bad Meinberg, Fax 05234/87-1875

Anmeldung per E-Mail: **rezeption@yoga-vidya.de**

Name, Vorname:

Adresse:

Tel.: E-Mail:

Ich wünsche Unterbringung im:

EZ 272 € MZ 204 € S/Z/Womo 177 €

DZ 237 € zusammen mit

Nur Tageskarte Fr. 45 € Sa. 73 € So. 45 €

Ich reise schon am Donnerstag an. Ich bleibe bis Montag.

(Zusatzübernachtung MZ 52 €, DZ 69 €, EZ 86 €, S/Z 38 €)

Ich komme mit **Kindern** Betreuung erwünscht (*bitte Kinder-Anmeldung Seite 31 ausfüllen*)

Mitglied BYV/BYVG/BYAT (*10% Ermäßigung*)

Ich habe das 25. Lebensjahr noch nicht vollendet.

Anzahlung (*minimum 25 €*)

Restzahlung (*fällig bei Überweisung 2 Wochen vor Beginn*)

Wir bitten zur Vereinfachung unserer Buchhaltung um Bankeinzugserlaubnis. Vielen Dank!

SEPA-Lastschriftmandat: Ich ermächtige den Yoga Vidya e.V. € von meinem Konto mittels SEPA-Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an die SEPA-Lastschriften einzulösen.*

Name, Vorname

Adresse

IBAN BIC

Ort, Datum, rechtsgültige Unterschrift

**Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.*

Überweisung: Ich überweise die Anzahlung direkt bei Anmeldung und den Restbetrag spätestens 2 Wochen vor Kongressbeginn. Unsere Bankverbindung erhältst du mit der Anmeldebestätigung.

Bitte unbedingt „Kinderyoga Kongress 2020“ auf Überweisungsträger schreiben und Beleg mitbringen!

Ich willige ein, dass Yoga Vidya e.V. meine personenbezogenen Daten zur Begründung, Durchführung und Abwicklung meines Vertragsverhältnisses verarbeitet und nutzt (notwendig für die Bearbeitung deiner Anmeldung).

Ich willige ein, dass Yoga Vidya e.V. mir Info-Material per Post zusendet.

Ich willige ein den Yoga Vidya Newsletter per Mail zu erhalten.

Der Verwendung deiner personenbezogenen Daten für Werbezwecke kannst du jederzeit widersprechen. Sende eine Nachricht an: datenschutz@yoga-vidya.de oder Datenschutzbeauftragter, Yoga Vidya e.V., Yogaweg 7, 32805 Horn-Bad Meinberg / Weitere Infos: yoga-vidya.de/datenschutz

.....
Ort, Datum, Unterschrift

Rückerstattung: 25 € Anzahlung bei Anmeldung. Bis 15 Tage vor Beginn 100% Rückerstattung. Bei weniger als 2 Wochen bis Beginn 50% Rückerstattung bzw. Gutschrift über den Gesamtbetrag. Die unter 25-Jährigen bekommen 25% Ermäßigung auf den Schlafsaal/Zeltpreis/Womo.

Datenschutzerklärung: Wir erheben personenbezogene Daten von dir zur Abwicklung der von dir ausgewählten Angebote und Dienste. Dies erfolgt insbesondere bei der Buchung eines durch uns durchgeführten Seminars, und z.B. durch das Ausfüllen eines Formulars.

Verbindliche Anmeldung für **Kinder und Jugendliche** vom 13.3.-15.3.2020

Name, Vorname des Kindes/der Kinder:

- 1. Kind Alter
- 2. Kind Alter
- 3. Kind Alter
- 4. Kind Alter
- 5. Kind Alter
- 6. Kind Alter

Name, Vorname:

Adresse:

.....

.....

Tel.: E-Mail:

- Kinderyoga Kongress**
- Gesamt (Freitag-Sonntag)
- Nur Tageskarte für: Fr. Sa. So.
- Kinderyoga-Seminar 3-6 Jahre**
- Kinderyoga-Seminar 7-12 Jahre**



Verbindliche Anmeldung für **Schulklassen**

Schule:

Lehrer/Betreuer:

Adresse:

.....

Tel. tagsüber: abends:

Fax: E-Mail:

Anzahl Schüler Klasse

Mit Übernachtung **Ohne Übernachtung**

Kinderyoga Kongress

Gesamt (Freitag-Sonntag)

Nur Tageskarte für: Fr. Sa. So.

Lehrer/Betreuer/Begleitperson kostenlos

.....
Ort, Datum, rechtsverbindliche Unterschrift

**Begleitprogramm
für Kinder und Jugendliche**

Spezielle Yoga-Seminare für Kinder
zwischen 3-6 Jahren und 7-12 Jahren

Onlineanmeldung:
www.yoga-vidya.de/seminare
per **Mail** und **Telefon:**
rezeption@yoga-vidya.de
und 05234/87-0

**Yogastunden
für Kids und Teens**
in der Ganesha-Kinderwelt:
10:00 - 11:00 Uhr,
16:30 - 17:30 Uhr

Anmeldung für Kinderbetreuung
ganztäglich über die Ganesha-Kinderwelt:
kinder@yoga-vidya.de

Yoga Vidya e.V.
Yogaweg 7
32805 Horn-Bad Meinberg
Telefon: 05234/87-0
rezeption@yoga-vidya.de
www.yoga-vidya.de

www.yoga-vidya.de/Kinderyogakongress