Kinderyoga-Weiterbildung

# „Ahimsa im Alltag leben – mit der Sprache des Herzens“

Leitung: Thomas Bannenberg

**Kinderyoga-Akademie**

Thomas Bannenberg
Bunsenstrasse 23
D-69115 Heidelberg
Tel. ++49 - (0)62 21 - 80 55 05
eMail: info@kinderyoga.de

**www.kinderyoga-akademie.de**

Das Gebot von „ahimsa“ im Yoga-Sutra des Patanjali fordert einen umfassenden „Verzicht auf Schädigung“ im sozialen Miteinander. Es soll auf dem Weg des Yoga keine Gewalt angewendet werden in Taten, aber auch nicht in Worten und Gedanken. Dem liegt die Erkenntnis zugrunde, dass sich äusserer und innerer Frieden bedingen. Das ist altbekannt und doch im Alltag so schwer umzusetzen. Mit der Gewaltfreien Kommunikation hat Dr. Marshall Rosenberg eine einfache Methode geschaffen, mit der wir unseren inneren kritischen, bewertenden oder angreifenden Stimmen mit Mitgefühl und Empathie begegnen und uns so wieder mit der lebensfördernden Energie unserer Bedürfnisse in Kontakt bringen können. Wenn wir mit unseren authentischen Bedürfnissen verbunden sind, sprechen und handeln wir natürlich, ehrlich und in Verbindung mit unseren Mitmenschen – so leben wir echten Frieden im Alltag und praktizieren Ahimsa.

In diesem Vertiefungstraining nutzen wir die Yoga-Philosophie des Patanjali ganz praktisch für die alltäglichen Situationen im sozialen Raum, im besonderen im Umgang mit Kindern. Mit Hilfe spezieller Asana-Praxis ermöglichen wir Selbsterkenntnis und üben neue Möglichkeiten. Als Mittel dazu dient uns die Gewaltfreie Kommunikation nach Marshall Rosenberg. Wir werden auf Wunsch herausfordernde Situationen von TeilnehmerInnen behandeln und konkret an unserer Kommunikation miteinander arbeiten. Wir verbinden in dieser Weiterbildung Yoga und Gewaltfreie Kommunikation mit Kopf, Herz und Hand. Ihre Fragen und Erfahrungen sind willkommen und sind Teil des Seminars.

Kommunikation mit Kopf, Herz und Hand. Ihre Fragen und Erfahrungen sind willkommen und sind Teil des Seminars.

Zur Person **Thomas Bannenberg**,
Diplom-Sozialpädagoge FH, selbstständiger Yogalehrer BDY/EYU, Moderator und Betriebsberater, unterrichtet Yoga für Kinder (und Erwachsene) seit 1986, seit 1989 Ausbildungen zum „Yoga mit Kindern“ in Deutschland, Österreich und der Schweiz, Buchautor, Webmaster von **www.kinderyoga.de** und **www.leitfaden-online.de**

***Weiterbildungen vertiefen die Grund-Ausbildung***
**und qualifizieren zur „KinderyogalehrerIn KYA“**
**Alle Infos auf www.kinderyoga-akademie.de**

## Termin der Weiterbildung in 2016

**1. – 3. Juli 2016 in München**

Seminar-Zeiten:
Freitag 18.30 bis 21.30 Uhr,
Samstag 9.00 bis 18.00 Uhr,
Sonntag 9.00 bis 14.00 Uhr

Seminarbetrag: 250,- Euro

Anmeldung und Info **nur direkt über:**

**Yoga-Institut München**
Altheimer Eck 2
D-80331 München
Tel. 00 49 - (0)89 - 59 52 12
eMail: info@yoga-institut.de
www.yoga-institut.de

Sie erhalten umgehend eine Anmeldebestätigung und eine Rechnung über die Anzahlung in Höhe von 100,- Euro. Etwa vier Wochen vor Beginn schicken wir Ihnen Anfahrthinweis und weitere Informationen zum Seminarverlauf.

## Weiterbildungen 2016

**in Düsseldorf, Heidelberg, München und Wien:**

„Die Pädagogik des Kinderyoga auf der Basis von Patanjali“

„Hatha-Yoga praktisch – Yoga unterrichten für Kinder“

„Erlebnis Kinderyoga – was Yoga mit Kindern machen kann – und Kinder mit Dir“

„Lebendige Anatomie“ –
Anatomisch-Physiologische Grundlagen der Asana-Praxis

## Qualifizierung in München 2016

**2. – 4. Dezember 2016 in München**
Qualifizierungsseminar zum Abschluss
„Kinderyogalehrerin/Kinderyogalehrer KYA“

Info und Anmeldung bei: Kinderyoga-Akademie, s. oben.

## Grund-Ausbildungen 2016

**in Düsseldorf, Heidelberg, München, Zürich und Wien.**