

## Kinderyoga im Kinderhaus

Liebe Kinder, liebe Eltern,  
manche kennen mich schon als Mama von Bjarne (Ellipsen). Neben meiner Ausbildung zur Kunsttherapeutin, die ich seit 2019 absolviere, habe ich im vergangenen Jahr eine Ausbildung zur YoBEKA-Kinderyogatrainerin begonnen, die ich im März diesen Jahres erfolgreich abschließen konnte. Ab Mai möchte ich für die Kinder im Kinderhaus zum Kennenlernen ein Kinderyoga-Angebot durchführen. Darüber hinaus soll es dann auch in Zukunft für interessierte Kinder die Möglichkeit geben, an einem Nachmittag in der Woche an einer Kinderyogastunde im Kinderhaus teilzunehmen (über die gesonderten Bedingungen der Teilnahme informieren wir euch dann zeitnah).

### Was ist das YoBEKA-Konzept?

YoBEKA steht für Yoga, Bewegung, Entspannung, Konzentration und Achtsamkeit oder anders gesagt - das kleine 1x1 der Gesundheitsförderung. Das YoBEKA-Programm des Kinderinstituts yobee-active ist ein ganzheitliches Bildungskonzept für Kitas und Grundschulen. Die Übungen sollen die Körperwahrnehmung, Motorik, Sozial- und Sachkompetenz verbessern. Bewegungsverse, -lieder und -geschichten ermöglichen zudem eine aktive Sprachförderung. YoBEKA soll Kinder befähigen, den Alltag besser zu bewältigen und fördert die körperliche und seelische Gesundheit.

Weitere Infos dazu findet ihr unter:

[www.yobee-active.de](http://www.yobee-active.de)



Myriam Kammler

hallo@kreativraum-weimar.de

[www.kreativraum-weimar.de](http://www.kreativraum-weimar.de)

## Termine

Zwei Gruppen á 6 bis 10 Kinder, 9 bis 11 Uhr

### 1. 06.05.2022

Was ist Yoga? Eine Einführungsstunde.

### 2. 12.05.2022

Tierischer Rundgang auf dem Bauernhof.

### 3. 20.05.2022

Freundschaft.

### 4. 23.05.2022

Gesunde Ernährung.

### 5. 02.06.2022

Manege frei! – Im Zirkus.

