BILDUNG LEBENDIG INSPIRIEREND

Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V. I Donrather Str. 44 I 53797 Lohmar
Tel.: 02246/302999-10 I Fax.: 02246/302999-19 I evinfo@liw.de I www.liw-ev.de

Mitteilung für den Arbeitgeber

Das Lohmarer Institut führt vom 30.11.2026 - 04.12.2026 unter der Seminarnummer 824726 das Seminar „Ausbildung zum/r Übungsleiter*in Yoga mit Kindern“ durch.

Ich .....,

wohnhaft in .....,

beanspruche für diese Bildungsveranstaltung Bildungsurlaub.

Die Unterlagen über die Bildungsveranstaltung (Programm mit Zielgruppe, Lernziele, Lerninhalte, zeitlicher Ablauf) finden Sie umseitig.

Das Seminar gilt als Bildungsurlaub der beruflichen Weiterbildung anerkannt in

- **NRW** (gemäß § 9, Abs. 1 AWbG und gemäß § 1, Abs. 3 AWbG, es liegt gemäß § 10 ff AWbG eine Einrichtungsanerkennung vor: Az.: 48.06-7348)
- **Saarland:** Wir sind nach § 6 Absatz 4 Satz 1 des Saarländischen Bildungsfreistellungsgesetzes (SBFG) vom 10. Februar 2010, zuletzt geändert durch das Gesetz vom 20. April 2016 (Amtsbl. I S. 382) befugt, diese Bescheinigung für Beschäftigte aus dem Saarland auszustellen.
- **Baden-Württemberg**: Das Seminar wird nach den allgemeinen Anforderungen an Bildungsmaßnahmen nach § 6 Bildungszeitgesetz Baden-Württemberg (BzG BW) angeboten. Um zur Teilnahme daran Bildungszeit in Anspruch nehmen zu können, müssen noch personenbezogene Anforderungen an die Bildungsmaßnahme (Berufsbezug) und weitere Voraussetzungen nach dem BzG BW erfüllt sein. Informationen und das Formular zur Beantragung der Bildungszeit finden Sie unter www.bildungszeit-bw.de. Das Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V. ist als Bildungseinrichtung nach dem BzG BW vom Regierungspräsidium Karlsruhe anerkannt (Aktenzeichen 12c11-6002-61)
- **Niedersachsen** (gemäß VA-Nr.: B25-130001-22 vom 15.10.2024 für Beschäftigte, die die Inhalte der Veranstaltung für die Ausübung ihrer hauptberuflichen Tätigkeit benötigen und für Beschäftigte, die die Inhalte der Veranstaltung im Rahmen der Ausübung ihrer ehrenamtlichen oder nebenberuflichen Tätigkeit benötigen. Anerkennung gültig bis 31.12.2027)
- **Hessen** (gemäß § 11 Abs. 1 und 3 i.V.m. § 12 HBUG unter dem Aktenzeichen III7-55n-4145-1294-24-2950 vom 11.10.2024, Anerkennung gültig bis 02.03.2027)
- **Hamburg** (gemäß § 15 BiUrlG HA vom 11.11.2025 unter dem Aktenzeichen HI 43-1/406-07.5, 65157. Anerkannt ist der Zeitraum Montag bis Freitag, Anerkennung gültig bis 10.11.2028)
- **Rheinland – Pfalz** (gemäß Anerkennung 5276/0782/26 vom 15.12.2025, anerkannt ist der Zeitraum Montag – Freitag, Anerkennung gültig bis 01.02.2028)
- **Berlin** (gemäß § 10 Absatz 1 Satz 3 unter dem Geschäftszeichen II A 74 – 136203 vom 26.08.2026 für Arbeitnehmer/innen, die die genannten Kenntnisse für ihre berufliche Tätigkeit benötigen. Anerkannt ist der Zeitraum Montag bis Freitag, Anerkennung gültig bis 29.11.2029)

Anerkennungen in weiteren Bundesländern können von uns beantragt werden. In den meisten Ländern gelten für die Anerkennung Fristen von 10 – 12 Wochen - bitte erkundigen Sie sich dazu bei uns.

Das Lohmarer Institut für Weiterbildung e.V. ist eine nach dem Weiterbildungsgesetz NRW anerkannte Einrichtung (Aktenzeichen IV C 2-21-8-1588/82).

LOHMARER INSTITUT FÜR WEITERBILDUNG (LIW) e.V. Donrather Str. 44 53797 Lohmar

(Unterschrift des Veranstalters) (Unterschrift des/der Teilnehmenden)

S E M I N A R P R O G R A M M

Thema:	Kompaktausbildung zum/r Übungsleiter*in Yoga mit Kindern
Ort:	Köln, Ebertplatz 9
Dozenten:	Simona Weichert
Termin:	Mo 30.11. – Fr 04.12.2026

Montag

09:00 – 09:45 Uhr	Vorstellen der Dozentin und der Teilnehmer*innen, Wünsche und Erwartungen, Erfahrungen, Ausfüllen und Besprechen des Reflexionsbogens und Vorstellen des Ablaufplans
09:45 – 10:45 Uhr	Praxis und Theorie: Kennlern- und Namensübungen, Warm-up-und Koop.-spiele für Kinder, anschl. didaktische Auswertung
11:00 – 12:00 Uhr	Praxis und Theorie: Kinderyogastunde „Reise durch Indien“, didaktische Auswertung
12:00 – 12:45 Uhr	Praxis und Theorie: Chanten und Atemübungen für Kinder (Om-Ketten, Om-Händedrücken, kleine Mantras), anschl. didaktische Auswertung und Theorie
13:45 – 15:00 Uhr	Praxis und Theorie: Anfangs- und Abschiedsrituale in Kinderyogastunden, Massagen für Kinder und Jugendliche
15:15 – 16:15 Uhr	Stundenaufbau und -entwicklung, Bausteine, altersgemäße Zeiteinteilung
16:15 – 16:30 Uhr	Zusammenfassung des Tages, offene Fragen
16:30 – 17:30 Uhr	Yogastunde (Praxis zur Selbsterfahrung)

Dienstag

09:00 – 09:30 Uhr	Übung zur Anleitung einer Meditation
09:30 – 10:30 Uhr	Praxis und Theorie: Kinderyogastunde „Am Meer“, didaktische Auswertung
10:45 – 11:45 Uhr	Was ist Yoga für Kinder? Einführung von Asanas für Kinder und deren Wirkung (anregend/beruhigend, geeignet/ungeeignet), Yoga für verschiedene Altersgruppen
11:45 – 12:30 Uhr	Konzeption einer Kinderyogastunde 1. Teil (Alter, Wirkung)
13:30 – 14:30 Uhr	Konzeption einer Kinderyogastunde 2. Teil: Vorstellung und gemeinsame Auswertung
14:45 – 16:15 Uhr	Philosophie des Yoga / Patanjali und die 8 Stufen des Yoga / Bezug zum Kinderyoga
16:30 – 17:30 Uhr	Yogastunde (Praxis zur Selbsterfahrung)

Mittwoch

09:00 – 09:30 Uhr	Übung zur Anleitung einer Meditation
09:30 – 10:30 Uhr	Was ist Meditation? Definitionen, Arten, Wirkungen, Meditationen für Kinder
10:45 – 11:30 Uhr	1. Vorstellstunde Teilnehmer*in, anschl. Auswertung
11:30 – 12:30 Uhr	Praxis und Theorie: Methoden der Entspannung für Kinder, Phantasie- und Traumreisen, Yoga Nidra
13:30 – 14:30 Uhr	2. Vorstellstunde Teilnehmer*in, anschl. Auswertung
14:30 – 16:00 Uhr	Praxis und Theorie: Achtsamkeitstraining mit Kindern und Jugendlichen Teil I: Was ist Achtsamkeit? / Achtsamkeitsübungen für Gruppen / achtsames Essen / Achtsamkeit im Alltag / Thich Nath Han
16:15 – 16:30 Uhr	Zusammenfassung des Tages, offene Fragen
16:30 – 17:30 Uhr	Yogastunde (Praxis zur Selbsterfahrung) ODER Vorstellstunde Teilnehmer*in, je nach Gruppengröße

Donnerstag

0900 – 09:30 Uhr	Übung zur Anleitung einer Achtsamkeitsmeditation
09:30 – 10:30 Uhr	3. Vorstellstunde Teilnehmer*in, anschl. Auswertung
10:45 – 11:30 Uhr	Praxis und Theorie: Eltern-Kind-Yoga, Yoga-Asanas zu Zweit und in der Gruppe
11:30 – 12:30 Uhr	4. Vorstellstunde Teilnehmer*in, anschl. Auswertung
13:30 – 14:00 Uhr	Body Scan MBSR (Praxis zur Selbsterfahrung)
14:00 – 15:15 Uhr	Einsatzorte für Kinderyoga / Akquise / Krankenkassen / Versicherungen
15:30 – 16:30 Uhr	5. Vorstellstunde Teilnehmer*in, anschl. Auswertung
16:30 - 17:30 Uhr	Yin-Yogastunde (Praxis zur Selbsterfahrung) ODER 6. Vorstellrunde Teilnehmer*in, anschl. Auswertung

Freitag

09:00 – 09:30 Uhr	Übung zur Anleitung einer Meditation
09:30 – 10:30 Uhr	8. Vorstellstunde Teilnehmer*in, anschl. Auswertung
10:45 – 11:30 Uhr	Vortrag: Präventiver und therapeutischer Einsatz von Kinderyoga Teil I: Definition von Trauma / Traumatisierte Kinder / Anzeichen für Traumata / wie wirkt Yoga bei Traumata / was ist im Yoga zu beachten / Ansprechpartner und Unterstützung
11:30 – 12:30 Uhr	9. Vorstellstunde Teilnehmer*in, anschl. Auswertung
13:30 - 14:30 Uhr	Präventiver und therapeutischer Einsatz von Kinderyoga Teil II: Kinder mit ADS/ADHS, depressive Verstimmungen, Asthma, Down Syndrom
14:45 – 15:45 Uhr	10. Vorstellstunde Teilnehmer*in, anschl. Auswertung
16:00 – 17:00 Uhr	offene Fragen, Feedbackrunde, Zertifikate und Abschluss

Anmerkung: liegt die Teilnehmerzahl über 10 Personen, wird die Zeit der Vorstellstunde jeweils etwas gekürzt, sodass insg. 12 Personen teilnehmen können.

Das Seminar umfasst mindestens 30 Zeitstunden Unterricht und erfüllt damit die gesetzlichen Vorgaben. Die vollständige Anwesenheit ist für die Erteilung der Teilnahme-Bescheinigung erforderlich.

Seminarziele:

- Das Hauptziel der Ausbildung ist es, jedem Teilnehmendem das Handwerkszeug für Yogakurse mit Kindern und Jugendlichen mitzugeben. Dafür erhält jede/r Teilnehmende Skripte, Übungsmaterialien und die fertig ausgearbeitete und erprobte Unterrichtsstruktur für einen mehrwöchigen Kurs.
- Weitere Seminarziele:
  - kreativer und selbstsicherer Umgang mit Inhalten und Teilnehmern
  - Sensibilisierung und Methoden für die verschiedenen oder auch speziellen Bedürfnisse der Kinder und Jugendlichen
  - Begeisterung für die Themen Yoga und Meditation durch Selbsterfahrung und eigene regelmäßige Praxis

Zielgruppe:

Das Seminar dient der beruflichen Weiterbildung u.a. für folgende Zielgruppen:

- **Yogalehrer*innen und Pädadog*innen,** Arbeitnehmer*innen aus gesundheitsfördernden, pädagogischen, therapeutischen, sozialen, medizinischen und beratenden Berufen
- Arbeitnehmer*innen, die die genannten Kenntnisse für ihre berufliche Tätigkeit benötigen