

## Qigong für Kinder – Fortbildung für Erwachsene: "Paul Pinguin"

**14.-15.05.2022, Samstag von 10 bis 20 Uhr (mit 2-stündiger Pause) und Sonntag von 9 bis 13 Uhr**

Zielgruppe: Erwachsene, die mit Kindern leben und arbeiten und solche, die eine andere Art der Qigong-Vermittlung kennen lernen möchten.

Kinder im Alter von 4 bis 10 Jahren

- Sie lernen die Geschichte „Paul Pinguin“ kennen: Paul geht auf die Reise in die große Welt. Dabei begegnen ihm die Themen Mut, Zuversicht, Hilfsbereitschaft, Selbstbewusstsein, Schönheit, Größe, Stärke und Dankbarkeit.
- Die Geschichte besteht aus 16 Übungen, von denen einige wie ein Refrain regelmäßig wiederholt werden.
- Weiterhin lernen Sie, wie Sie einzelne Übungen aus der Geschichte auch losgelöst von der Geschichte in Ihrem Alltag sowohl für Kinder als auch für Erwachsene umsetzen und anwenden können.
- Weitere Inhalte sind Spiele, Herzensbildung und methodischen Prinzipien

Das Buch „Qigong mit Kindern“ ist im Preis **nicht** enthalten.

Kosten: 180,- €, bei Eingang der Anmeldeunterlagen bis 25.04.2022 (Frühbucher)

195,- € bei Anmeldung nach 25.04.2022

Ort: Yoga & Gesundheit e.V.  
Bonner Platz 1  
80803 München