

# Qigong-Übungen für den Alltag mit Kindern

## **Kursbeschreibung:**

Sie arbeiten mit Kindern und benötigen Werkzeuge, wie Sie mit den verschiedenen Gefühlszuständen von Kindern wie Aggression, Unlust, Müdigkeit oder Aufgeregtheit im Alltag umgehen können? Dann lernen Sie die wohltuende, ausgleichende und energiebringende Wirkung von Qigong kennen.

Qigong stammt aus China und ist Teil der Traditionell Chinesischen Medizin (TCM). Die Vielfalt des Qigong reicht von Atem-, Bewegungs- und Abklopfübungen über Selbstmassage bis hin zur stillen Meditation.

Diese Vielfalt ist es auch, die Kindern Spaß und Freude am Qigong bereitet. Lernen Sie wesentliche Übungen zur Beruhigung, Aktivierung und zum Aggressionsabbau bei Kindern kennen, die situationsabhängig angewendet werden können und in jeden Alltag passen.

Im Kurs werden auch didaktische und methodische Tipps speziell für das Üben mit Kindern gegeben.

**Zielgruppe:** Erwachsene, die viel mit Kindern zu tun haben.

**Vorkenntnisse:** sind nicht erforderlich.

**Kurstermin:** 11.10.2020

**Kursort:** Aurum Seminarräume, Dorfstr. 8, 86459 Gessertshausen

**Kursdauer:** 3,5 Stunden inkl. 30 min Pause

**Kurszeiten:** 14:00-15:30 und 16:00-17:30 Uhr

**Kursgebühr:** 96,- € (inkl. 30 Qigong-Bildkarten für Kinder)

**Bitte mitbringen:** bequeme Kleidung, Wollsocken, Schreibzeug

**Kursleitung:** Sabine Schreiner, Juristin, Mutter von zwei Kindern, Qigong-Lehrerin für Kinder, Jugendliche und Erwachsene. Co-Autorin des Lehrbuchs Qigong mit Kindern: „Ausgeglichen und gestärkt mit Übungen und Bewegungsgeschichten“ sowie dem Bildkartenset 30 Qigong-Bildkarten für Kinder

**Organisation/Anmeldung:** Irene von Guilleaume, Qi Gong Lehrerin & Chan Mi Gong Kursleiterin

Email: [info@irene-von-guilleaume.de](mailto:info@irene-von-guilleaume.de)

Tel-Nr.: 01 74 / 80 66 847

Internet: [www.irene-von-guilleaume.de](http://www.irene-von-guilleaume.de)

