9. KINDERYOGA KONGRESS

Was wir von Kindern lernen können
24.–26. März 2017

Tipps aus Praxis und Wissenschaft
Mit vielen Workshops und Musterstunden
Fantastisches Rahmenprogramm
für Kids + Teens

YOGA Vidya

Was lernen wir von Kindern / Teens?
Kinder und Teens sind Freude und Herausforderung zugleich – sie bringen uns an persönliche Grenzen und zeigen uns eine Sicht auf die Welt, die wir Erwachsenen oft vergessen oder verlernt haben. Mit größter Achtsamkeit und Bewusstheit im Hier und Jetzt sein beherrschen Kinder perfekt: Den Moment genießen, kleine Dinge beachten, Lachen, Neues ausprobieren, bei sich sein.
All das versuchen wir durch Yoga wieder zu erlangen – in unseren Kindern haben wir wundervolle Lehrmeister.

Was können wir Kindern geben?
Kinder erfahren in ihrem Alltag enorme Herausforderungen – Yoga hilft zur Förderung der Konzentration, der Selbstwahrnehmung und Entspannung, der Haltungs- und Willensstärkung, des Durchhaltevermögens und Ausdrucks der eigenen Gefühle. Als Kinder YogalehrerIn / Eltern haben wir mit Yoga zahlreiche Möglichkeiten, das Potential der Kinder / Teens zu fördern und zu unterstützen.

An diesem Wochenende bieten wir Kindern und Eltern, YogalehrerInnen, Pädagogen und allen, die mit Kindern und Jugendlichen arbeiten, ein buntes Programm zum Lernen, Austauschen und Informieren. Wir laden dich herzlich ein, mit uns im Haus Yoga Vidya ein Wochenende voll kindlicher Freude zu verbringen bei Vorträgen, Workshops, Yogastunden, Meditation und Mantra-Singen.

Nach dem Kongress-Programm findest du unser **fantastisches Rahmen-Programm** für Alle - vor allem für Kinder und Jugendliche.

Essenszeiten: 8:00–13:00 Uhr und **17:30–19:30 Uhr**

Tauche ein in die Ashram-Atmosphäre: Indische Rituale (Pujas und Homas), Singen für den Weltfrieden, Yogastunden und Pranayama runden das umfangreiche Kongress-Erlebnis ab.
Für das leibliche Wohl sorgt Deutschlands größte bio-zertifizierte Küche und zaubert vegane / vegetarische Vollwert-Menüs.

Veranstalter:

BYV

Der Berufsverband der Yoga Vidya LehrerInnen (BYV) hat zum Ziel, Menschen durch das Üben des klassischen, authentischen Yoga zu Gesundheit, Persönlichkeitsentwicklung, Selbsterkenntnis und Bewusstseinserweiterung zu verhelfen.

Veranstaltungsort: Das Haus Yoga Vidya ist ein spiritueller Kraftort, wunderschön im idyllischen Teutoburger Wald bei Bielefeld gelegen. Trotz der ruhigen Lage ist es leicht zu erreichen: **per Auto** (B 239 Richtung Bad Meinberg; Schildern „Mineral-Thermalbad" und „Haus Yoga Vidya Silvaticum" folgen), **per Zug** (Bahnhof Horn-Bad Meinberg) oder Flugzeug (Flughafen Paderborn, von dort Zug bis Horn-Bad Meinberg). Weitere Anreise-Infos erhältst du mit der Anmeldebestätigung.

Organisatorin: Amari Tober

Anmeldung: Per Post oder Fax mit Anmeldeformular (s. Seite 26), telefonisch unter 05324/870, per Mail: rezeption@yoga-viyda.de oder im Internet *www.yoga-vidya.de*

Das folgende Programm ist das Kongress-Programm und richtet sich an Erwachsene bzw. YogalehrerInnen. Einige Workshops und Yogastunden sind auch für Kids und Teens offen, hierfür bitte die Kennzeichnung beachten.

für Teens für Kids

Freitag, 24. März

ab 9:00 Anreise und Einschreibung in die Workshop-Listen

10:30-13:00 **Brunch** - vegetarisches und veganes Vollwertbuffet

12:15-13:15 **Begrüßung** durch Sukadev Bretz, 1. Vorsitzender des BYV
Eröffnungsritual mit Nepal Lodh

14:30- 16:00 **4 parallele Workshops:**

Sonnengruß & Sonnenpower

Präsentiert werden zielgerichtete Variationen des Sonnengrußes für alle Altersstufen - mit Sprüchen, Reimen und Liedern. Dabei werden auch didaktische Yoga-Lernmaterialien zur Steigerung von Spaß und Erfolg wirkungsvoll eingesetzt. Deutlich wird, wie der regelmäßige Sonnengruß die Kindesentwicklung stärkt, fördert und festigt. (Sibylle Schöppel)

Klangyoga für Kinder

Verbinde Elemente aus der Klangmethodik mit Kinderyoga. Erlebe so wohltuende Klangschwingungen in Kombination mit Asanas. Der gezielte Einsatz von Klängen unterstützt den Atemfluss, das An- und Entspannen in den Asanas, die Bewegung und Stille in den Yogaflows und das Loslassen während der Tiefenentspannung. Klang wird somit spielerisch auf allen Ebenen sinnlich erfahrbar. (Tina Buch)

AcroYoga – Erste Flugversuche für Erwachsene und mittelgroße Pinguine

Ein erster Einblick in die bunte Welt des AcroYoga. In spielerischer Weise übst du die Kunst des liebevollen Miteinanders. Gemeinschaft, Spaß und Körperbewusstsein sind nur einige Elemente, die dich zu einem freudigen Kindsein führen. Für alle schrägen Vögel ab 15 Jahren. Auch geübtes „Federvieh" findet reichlich Futter bei uns! (Fridolin Schuster und Manja Köstel)

Lachyoga. Spiel, Spaß und Toben!
Für Kinder von 3–12 Jahren

Für die Vernetzung der beiden Gehirnhälften ist es wichtig, dass Kinder spielen, lachen und toben. Mit Lebensfreude und Begeisterung meistern sie viel leichter den Schulalltag und Wettkämpfe im Sport. Bei praktischen Lachyoga-Übungen für Kinder wird geprustet, gelacht und einfach Blödsinn gemacht.
(Gisela Dombrowsky)

16:15-18:00 **Workshop:**
Kinderyoga-Schnupperstunden: Grundlagen und Praxis

Erfahre, wie du eine Yoga-Schnupperstunde im Kindergarten oder in der Schule erfolgreich planen, organisieren und durchführen kannst. Du lernst, wie du mit Hilfe von bewährten Musterelementen deine erste Yoga-Einheit für Kinder ganz individuell aufbaust und gestaltest. (Sibylle Schöppel)

16:15-17:00 **3 parallele Vorträge:**

Respekt und Achtung der Kinder und ihrer Seelen

Durch Yogaübungen können wir Kinder faszinieren. Es macht ihnen Spaß, den natürlichen Bewegungsdrang in Tier- und Naturpositionen auszudrücken. Kindern dabei den Achtsamkeitsaspekt zu vermitteln, führt zu tieferen Gefühlsquellen. Yoga gleich zu Beginn der Entwicklung zu praktizieren, führt zu einer ganzheitlichen (Kindes-)Gesundheit. (Nepal Lodh)

„Ahimsa"- Mit Kinderyoga spielerisch Gewaltfreiheit üben

Wenn wir wahren Frieden in der Welt erlangen wollen, müssen wir bei den Kindern anfangen (Mahatma Gandhi). Besonders im Kindesalter ist Gewalt immer wieder Thema. Wie können Kinder ihre Ängste überwinden und welche Mittel für ein gewaltloses Miteinander können dabei helfen?
(Svenja Paulsen)

Kinderyoga an der Schule – was ist möglich?

Praxisrelevante Erfahrungen von einem Lehrer und einer Lehrerin über das Yogaunterrichten an unterschiedlichen Grundschulen und weiterführenden Schulen. Insbesondere für YogalehrerInnen interessant, die Kinderyoga an Schulen unterrichten möchten.
(Ingrid und Wolfgang Seemann)

16:15-17:15 **3 parallele Yoga-Musterstunden:**

Hilfe Alltag!
Yoga für Eltern mit ihren Kindern

Eltern und ihre Kinder brauchen Momente der Entspannung um sich selbst spüren zu können. In der heutigen Zeit bleibt neben den vielen Terminen oft nur wenig Zeit für gemeinsame Ruhemomente und Spiele. In lustigen Yoga-Übungen, Spielen, Tanzen, gegenseitigen Massagen und Fantasiereisen kannst du mit deinem Kind Stabilität, Kraft, Mut und Liebe tanken, entspannen, kuscheln....
(Radhika Annika Siegenbruk)

Capoeira loves Yoga! Für Kids ab 8 Jahren & Teens

In fließenden Bewegungen und kraftvollen Asanas spürst du die energiereiche Verbindung zwischen dem brasilianischen Kampftanz „Capoeira" und Yoga! Sanfte Musik begleitet uns - let's flow!
(Jana Krützfeldt)

16:30-18:00 **Yogallo**

Viel Lachen, Spaß und Fröhlichkeit erfährst du in dieser lockeren Kinder-Yogastunde für Erwachsene. Du lernst Yoga von einer ganz anderen Seite kennen! Diese Erfahrung wird dich bereichern und deine eigene Yoga-Praxis auf eine ganz neue Ebene bringen!
(Dietmar Neugebauer)

... sowie mehrere parallele Yogastunden für Erwachsene (zwischen 16:30-18:00)

17:30-18:15 **Vortrag: DancingFeet - Integrierte Tanz- und Yogapädagogik (im Elementar- und Schulbereich)**

Mit Tanz, Imagination, Naturerfahrung und Yoga eröffnen sich beim „DancingFeet" sinnliche und kindliche Erfahrungswege für die ganze Familie.
(Monica Camara)

17:30-18:15 **2 parallele Workshops:**

Yoga in der Übermittagsbetreuung
Unter den Bedingungen der heutigen Ganztagsschule ist eine Übermittagsbetreuung besonders wichtig. Hier kann Yoga mit seinen vielfältigen Möglichkeiten voll zum Einsatz kommen. Aus der Schulpraxis werden konkrete Tipps, Hinweise und Übungen aufgezeigt.
(Wolfgang Seemann)

Yoga im Klassenzimmer
An der Schule ist Yoga auch ohne Yogaraum und Yogamatte möglich! Ich zeige einige Entspannungs-, Atem -, Mudra -, und Asanaübungen im Klassenraum, die das Lernen in der Schule erfolgreicher machen.
(Ingrid Seemann)

17:30-18:00 **Meet & Greet – Austausch mit Referenten**

17:30-19:30 **Abendessen** vegetarisches und veganes Vollwertbuffet

18:20-18:40 **Kleine Krishna-Puja** (traditionelle indische Zeremonie)

18:45-19:45 **Feuershow** mit Zoharaja und Bernardo und Gast-Percussionist Christian

20:00-20:20 **Klang-Meditation für Klein und Groß**
(Nina Möhle-Berg)

20:00-21:10 **Satsang** mit Kurzvortrag, Arati (Lichtzeremonie) und Kirtan-Singen für Kinder, mit Sukadev Bretz

21:15-22:00 **Vortrag: Familien-Yoga: Theorie, Praxis und Lernmaterial**
(Sibylle Schöppel)

Samstag, 25. März

5:00 **Homa** (indisches Feuerritual)

6:00 **Pranayama** (Atemübungen) für Fortgeschrittene

7:00 **Morgenmeditation** und Mantra-Singen mit Kurzvortrag und Arati (Lichtzeremonie) mit Sukadev Bretz

8:00-10:00 **Frühstück**

8:15-9:00 **2 parallele Vorträge:**

Kinderyoga: Projekte und Nachhaltigkeit (Sibylle Schöppel)

Kinderyoga im Alltag (Adriaan van Wagensveld)

10:30-13:00 **Brunch** - vegetarisches und veganes Vollwertbuffet

9:15-10:15 **3 parallele Yoga-Musterstunden:**

Yoga & Klang für Jugendliche für Erwachsene und Teens

Hast du Lust auf kraftvolle und fließende Yogaübungen, Lust mit Klangschalen zu experimentieren und dich zu entspannen? Ohne Konkurrenz- und Leistungsdenken, eine Stunde einfach für dich! Sei dabei! (Nina Möhle-Berg)

Entspannungstraining mit Yogaelementen für Kinder (EMYK®)

Kinder brauchen Ruhepausen, Momente zum Innehalten und regenerieren. EMYK® ist das erste wissenschaftlich standardisierte und evaluierte Kinder- und Jugendliche Yogaprogramm in Deutschland. Für Kinder zwischen 6-10 Jahren. (Tripura Kati Voß)

Lachyoga. Spiel, Spaß und Toben! Für Kinder von 3–12 Jahren für alle

Hier darf gelacht werden! Lachyoga ist Lachen, Spiel Spaß und Toben. Praktische Lachyoga-Übungen bringen alle zum Giggeln, Kichern und Prusten. Entspannung ist garantiert. (Gisela Dombrowsky)

... sowie mehrere parallele Yogastunden für Erwachsene

9:15-10:45 **4 parallele Workshops:**

Yoga mit Jugendlichen

Wie unterrichte ich Yoga für Jugendliche spannend und zeitgemäß? Wie erreiche ich Jugendliche mit Yoga? Ein Workshop mit Hintergrundwissen zu Pubertät, erprobten Abläufen mit Bewegungsabfolgen, Atemübungen und Phantasiereisen sowie vielen weiteren Anregungen.
(Ulla Bräunlich)

DancingFeet! Tanz-Yoga und Naturerfahrung

Stark wie ein Baum, geschmeidig wie eine Schlange, beweglich wie eine Katze und ruhig wie ein Stein... Mit Tanz, Imagination, Naturerfahrung und Yoga setzt DancingFeet an dem kindlichen Bedürfnis nach Bewegung, Ruhe und sinnlicher Erfahrung an.

(Monica Camara)

Wie gelingt Kinderyoga in schwierigen Situationen?

Wie überwinde ich Hindernisse und Widerstände im Kinderyoga? Wie kann ich Entspannung und Meditation erfolgreich vermitteln, wie reagiere ich auf sehr fordernde Kinder? (Charry Devi Ruiz)

Kinderyoga (Kundalini): Theorie und Praxis
Kinderyoga besteht aus verschieden Übungsreihen, bei denen die einzelnen Übungen ihren Ursprung in der Tier- und Pflanzenwelt haben und Nachahmungen eine wichtige Rolle spielen. So wird sich z.B. wie eine Katze gestreckt und sich stark und still wie ein Baum gefühlt. Kinder lernen somit spielerisch ihren eigenen Körper wahrzunehmen und zur Ruhe zu kommen. Meditation übt einen positiven Einfluss auf die Gesundheit aus. Yoga fördert die Motorik, das Sozialverhalten, die Zufriedenheit und Konzentration und steigert die emotionale Balance. Praktiziere verschiedene Yogapositionen, Meditationen und Entspannungstechniken.
(Pritpal Kaur)

10:30-11:00 **Meet & Greet – Austausch mit Referenten**

12:00 **Führung durch die Ayurveda Oase** - Informationen und Beratung über Ayurveda-Anwendungen

12:00 **Informationen und Beratung über die verschiedenen Berufsverbände: BYV, BYAT und BYVG**

13:15-14:00 **Vortrag: Entspannungstraining mit Yoga-elementen für Kinder**
Vorstellung des EMYK® - eines Yogaprogramms für Kinder und Jugendliche mit Yoga-, Meditations- und Atemübungen sowie Phantasiereisen, Massagetechniken und Sinnes-Übungen. Entwickelt von Prof. Markus Stück ist es das erste wissenschaftlich fundierte und bereits ausgezeichnete Yogaprogramm für Kinder.
(Tripura Kati Voß)

14:15-15:45 **5 parallele Workshops:**

Familienyoga mit Klang-Massage
Eltern und Kinder erleben gemeinsam die wunderbare Welt des Yoga. Zauberhafte Partner-Übungen und Yogaspiele garantieren viel Spaß und gute Entspannung. Eine Klangmassage rundet die Stunde ab. Freut euch auf wunderbare, gemeinsame Momente im Einklang! (Tina Buch)

"Ahimsa"- Mit Kinderyoga spielerisch Gewaltfreiheit üben
„Wenn wir wahren Frieden in der Welt erlangen wollen, müssen wir bei den Kindern anfangen." (Mahatma Gan-

dhi). Besonders im Kindesalter ist Gewalt immer wieder Thema. Wie können Kinder ihre Ängste überwinden und welche Mittel für ein gewaltloses Miteinander können dabei helfen? (Svenja Paulsen)

AcroYoga – Erste Flugversuche für Erwachsene und mittelgroße Pinguine für alle

Du bekommst einen ersten Einblick in die bunte Welt des AcroYoga. In spielerischer Weise übst du die Kunst des liebevollen Miteinanders. Gemeinschaft, Spaß und Körperbewusstsein sind nur einige Elemente, die dich zu einem freudigen Kindsein führen. Für alle schrägen Vögel ab 15 Jahren. Auch geübtes „Federvieh" findet reichlich Futter bei uns!
(Fridolin Schuster und Manja Köstel)

Durch das Bildungsjahr mit dem Kinderyoga-Jahreszeiten-Legekreis

Erfahre spielerisch, wie du Kinderyogaelemente mit jahreszeitlichen Spielen, Ritualen, Massagen und Versen in Kitas, Grund- und Förderschulen verbinden kannst. Mit tollen Möglichkeiten, wie mit einem Yoga-Jahreszeiten-Legekreis auf verschiedenen Niveaustufen und in unterschiedlichen Lernbereichen gelernt werden kann. Leicht umsetzbare Ideen, die jedes Kind motivieren, achtsam, bewegungsfreudig, konzentriert und gleichzeitig entspannt zu sein. (Katrin Trescher)

Kinderyoga: Praxis

Die Kinder lernenspielerisch ihren eigenen Körper wahrzunehmen und zur Ruhe zu kommen. Wissenschaftliche Untersuchungen bestätigen, dass Meditation einen positiven Einfluss auf die Gesundheit ausübt. Zudem fördert es auch Motorik, Sozialverhalten, Zufriedenheit und Konzentration und steigert die emotionale Balance. In dieser Workshop werden wir gemeinsam verschiedene Yogapositionen, Meditation und Entspannungstechniken praktizieren. (Pritpal Kaur)

16:00-16:45 **Vortrag: Hochsensible Kinder verstehen – Unterstützung, Stressreduktion und Entspannung durch Kinderyoga**

Wie erkenne ich Hochsensibilität und welche Unterstützung brauchen hochsensible Kinder? Wie kann Kinderyoga mit hochsensiblen Kindern gestaltet werden? (Sabina Pilguj)

16:00-17:30 **Workshop: Jugendliche mit Klang berühren – Klang & Yoga für Jugendliche in Prävention und Therapie**
Wie kann man Yoga, Klang und Entspannung für Jugendliche interessant gestalten? Und zwar mit dem Ziel, ein Innehalten und „Berührtwerden" auf körperlicher und seelischer Ebene zu ermöglichen.
(Nina Möhle-Berg)

16:00-18:00 **5 parallele Kinderyoga-Musterstunden:**

16:00-16:45 **Lernen mit den Yogafröschen, für Kinder zwischen 3 und 10 Jahren**
Das Yoga ABC mit Übungen für jeden Buchstaben, kleine Froschgeschichten, Lieder und Spiele bringen Freude und erhöhen die Motivation beim Lernen. Kinder lernen verschiedene Asanas spielerisch mit den Bildkarten kennen und anzuwenden. Dabei kommunizieren sie miteinander, spielen und entspannen sich, was auch das Gruppenklima positiv beeinflusst und eine friedliche und entspannte Atmosphäre schafft. (Kitty Baar)

16:00-17:30 **Yoga mit Jugendlichen**
Wie unterrichte ich Yoga für Jugendliche spannend und zeitgemäß? Wie erreiche ich Jugendliche mit Yoga? Bewegungsabfolgen, Atemübungen, Phantasiereisen und viele weitere Anregungen. (Ulla Bräunlich)

16:00-17:30 **Familien-Yoga mit didaktischem Lernmaterial und Basisregeln**
(Sibylle Schöppel)

16:30-18:00 **Yogallo**
Viel Lachen, Spaß und Fröhlichkeit erfährst du in dieser lockeren Kinder-Yogastunde für Erwachsene. Du lernst Yoga von einer ganz anderen Seite kennen! Diese Erfahrung wird dich bereichern und deine eigene Yoga-Praxis auf eine ganz neue Ebene bringen! (Dietmar Neugebauer)

16:30-18:00 **Zusammen durch den Zauberwald**
Wir entdecken gemeinsam den Zauberwald! Die Yogastunde wird 60 Minuten umfassen und danach ist für die Erwachsenen Zeit für die Besprechung des Stundenverlaufs und für offene Fragen. (Charry Devi Ruiz)

... sowie mehrere parallele Yogastunden für Erwachsene

17:00-17:45 **Kurz-Workshop:** Hochsensible Kinder unterstützen (Sabina Pilguj)

17:00-17:45 **Meet & Greet – Austausch mit Referenten**

17:30-19:30 **Abendessen** - vegetarisches und veganes Vollwertbuffet

18:20-18:40 **Kleine Kinder-Puja** (traditionelle indische Zeremonie)

18:45-19:30 **Vorführung: Die große Sauresani-Sause** (Jens Heuwinkel)

19:45-20:05 **Klang-Meditation für Klein und Groß** (Tina Buch)

19:45-21:15 **Satsang** mit integriertem Vortrag

Vortrag: Mut, Neugierde, Freude – das Geschenk des Yoga an junge Menschen (Dr. Nalini Sahay)

21:15-22:15 **Konzert mit Duo en Camino**

Sonntag, 26. März

5:00 **Homa** (indisches Feuerritual)

6:00 **Pranayama** (Atemübungen) für Fortgeschrittene

7:00 **Morgenmeditation** und Mantra-Singen mit Kurzvortrag und Arati (Lichtzeremonie) mit Sukadev Bretz

8:10-8:55 **Vortrag: Was wir von Kindern lernen können**
mit Sukadev Bretz

8:00-10:00 **Frühstück**

9:15-10:45 **4 parallele Workshops:**

Kinderpodium Teil I:
Was wir von Kindern lernen können
Kinder und Teens sind unsere Experten! Hier zählt vor allem die Meinung unserer Kinder und Jugendlichen! Erwachsene sind herzlich eingeladen, Fragen zu stellen und zuzuhören. In diesem ersten Teil des Kinderpodiums findet eine Diskussion statt, in welcher die Kinder sich spielerisch mit konkreten Fragen beschäftigen. Im zweiten Teil (So, 12:30) werden die Ergebnisse präsentiert. Von und mit Kindern ab 8 Jahren, mit Moderation (Sibylle Schöppel).

Richte dich auf – Workshop für Erwachsene
Gut verwurzelt – sicher im Leben stehen. Kinderyoga- und Wahrnehmungsübungen schulen die Balance und die Haltung! Ganz spielerisch erlebst du mit Kinderyogaübungen die Wichtigkeit und Präsenz der Haltung und Aufrichtung. (Sabina Pilguj)

Lernen mit den Yogafröschen – für 3–10 Jahre
Das Yoga ABC mit Übungen für jeden Buchstaben, kleine Froschgeschichten, Lieder und Spiele bringen Freude und erhöhen die Motivation beim Lernen. Die

Kinder lernen verschiedene Asanas spielerisch mit den Bildkarten kennen und anwenden. Dabei kommunizieren sie miteinander, spielen und entspannen sich, was auch das Gruppenklima positiv beeinflusst und eine friedliche und entspannte Atmosphäre schafft. (Kitty Baar)

Yogisches Müsli – ein Praxisworkshop, für Kinder ab 8 Jahren und Erwachsene

Wir bereiten zusammen ein vollwertiges veganes Müsli mit Früchten und Nüssen zu. Die Haferflocken stellen wir dabei selbst her! Ein tolles Video über das Getreidekorn rundet unseren „leckeren" Praxisworkshop ab. (Ingrid Henss)

9:15-10:15 **2 parallele Kinderyoga-Musterstunden**

Flying Yoga für Erwachsene und Teens

Hier kannst du Yoga mal anders praktizieren: Meditieren, singen, tanzen, lachen, massieren und einfach nur Spaß haben und dabei ganz entspannt und achtsam sein. Das Fliegen bietet dir die Möglichkeit, Yoga in einer anderen Dynamik zu erleben. Vertrauen, Verbindung und Verspieltheit stehen im Mittelpunkt. (Radhika Annika Siegenbruk)

EMYK® – Die vier Elemente in der Kinderyoga-Stunde

Yogastunde nach dem EMYK® -Programm: Aktiviere mit Asanas, Meditations- und Atemübungen die Sinneswahrnehmung und Kreativität von Kindern. (Tripura Kati Voß)

... sowie mehrere parallele Yogastunden für Erwachsene

10:15-10:45 **Meet & Greet – Austausch mit Referenten**

10:30-13:00 Brunch - vegetarisches und veganes Vollwertbuffet

11:30-12:15 **Workshop: AcroYoga – erste Flugversuche für Erwachsene und mittelgroße „Pinguine"**

Erste Einblicke in die bunte Welt des AcroYoga. In spielerischer Weise übst du die Kunst des liebevollen Miteinanders. Gemeinschaft, Spaß und Körperbewusstsein

sind nur einige Elemente, die uns zu einem freudigen Kindsein führen. Für alle schrägen Vögel ab 15 Jahren. Auch geübtes „Federvieh" findet reichlich Futter bei uns! (Fridolin Schuster und Manja Köstel)

11:30-12:15 **Kinder–Homa** (traditionelle indische Feuer-Zeremonie) mit Nepal Lodh

12:30-13:00 **Kinderpodium Teil II:**
Was wir von Kindern lernen können
Kinder und Teens präsentieren die spannendsten Ergebnisse ihres Workshops Teil I (So 9:15). Diskussionsrunde mit Narendra, Ashramleiter von Yoga Vidya in Bad Meinberg und Sibylle Schöppel.

13:00-14:00 **Abschlussworte und spiritueller Segen**
mit Sukadev Bretz

FREITAG, 24. MÄRZ

14:30-16:00 **Bogenschießen und Yoga**

Mandala-Malworkshop, mit Claudia

17:30-18:00 **Schnellzeichnen,** mit Claudia

18:20-18:40 **Kleine Kinder-Homa** (traditionelle indische Feuer-Zeremonie), mit Nepal Lodh

18:45-19:45 **Feuershow,** mit Zoharaja und Bernardo und Gast-Percussionist Christian

19:15-19:30 **Puppen-Theater** „Die Raupe Blau", mit Lydia

20:00-20:20 **Klang-Meditation** für Klein und Groß (Nina Möhle-Berg)

SAMSTAG, 25. MÄRZ

09:15-10:45 **Trommelworkshop** mit Christian
Hier kannst du dich ganz spielerisch im Trommeln ausprobieren! Für Kinder ab 10 Jahren.

Die Suche nach dem verlorengegangenen Schmetterling, eine Kinder-Yogastunde mit Radhika

Der Abenteuer-Schamane für Kinder ab 7 Jahren, mit Radharani

Bogenschießen und Yoga

12:30-13:15 **AfricanDanceDrumCircle,**
mit Monica

13:15-13:30 **Puppen-Theater**
„Die Raupe Blau",
mit Lydia

13:30-14:00 **Schnellzeichnen,**
mit Claudia

13:45-15:15 **Filz-Workshop** für Kinder,
mit Lydia

15:30-15:45 **Puppen-Theater**
„Die Raupe Blau",
mit Lydia

16:00-17:30 **Bogenschießen und Yoga**

Gottheiten
- ein Malworkshop,
mit Claudia

Capoeira und Yoga,
mit Madlen

17:15-17:30 **Puppen-Theater**
„Die Raupe Blau",
mit Lydia

18:20-18:40 **Kleine Kinder-Puja**
(traditionelle
indische
Zeremonie)

18:45-19:30 **Vorführung:**
Die große
Sauresani-Sause
mit Jens Heuwinkel

19:45-20:05 **Klang-Meditation**
für Klein und Groß
mit Tina Buch

SONNTAG, 26. MÄRZ

9:15-10:00 **Capoeira und Yoga,** mit Madlen

9:15-10:45 **Bogenschießen und Yoga**

Kinderpodium, Teil I: Was wir von Kindern lernen können! (Workshop)

9:15-10:15 **Klangyoga** für Kinder ab 6 Jahre, mit Tina Buch

11:30-12:15 **Acroyoga,** mit Fridolin

Feuerzeremonie, mit Nepal Lodh

12:30-12:50 **Kinderpodium Teil II: Was wir von Kindern lernen können!** (Präsentation)

WER ODER WAS IST GOTT? WO FINDET IHR GOTT?

... alle sind herzlich eingeladen, bei unserer **„Götter-Rallye"** mitzumachen! Auf gehts zur Suche nach Gott!

Weitere Infos zur Rallye findet ihr vor Ort – lasst euch überraschen! Wir freuen uns auf euch!

Sukadev Bretz
Gründer und Leiter von Yoga Vidya e.V., Yoga- und Meditationslehrer. Als Yoga-Acharya mit 30-jähriger Unterrichtserfahrung lehrt er den ganzheitlichen Yoga nach Swami Sivananda und Swami Vishnu-devananda sehr lebensnah. Er verbindet Weisheit mit Humor und ist Buchautor.

Alphabetisch nach Vornamen:

Adriaan van Wagensveld
Gründer von Buddhayoga. Adriaan hat für einige Zeit in Plum Village, im südlichen Frankreich, bei Thich Nhat Hanh gelebt. Er leitet seit 2008 alle zwei Monate ein Vipassana-Retreat. Einsichtsmeditationen im Alltag zu praktizieren, ist eines seiner zentralen Anliegen.

Amari Tober
Yogalehrerin (BYV), Yoga Vidya Acharya, Meditationslehrerin (BYV), spirituelle Lebensberaterin (BYV), Kinderyogalehrerin und Organisatorin des Kinderyoga Kongresses 2017. Amari lebt und arbeitet seit über 10 Jahren im Bad Meinberger Ashram. Dort ist sie in der Eventorganisation und im Seminar- und Ausbildungsbetrieb tätig.

Charry Devi Ruiz
Yogalehrerin (BYV) für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, Yoga-Therapeutin, Meditationslehrerin, Entspannungskursleiterin, Stress- und Mentalcoach und Ausbilderin für Yogalehrer. Gründerin und Leiterin von „Das Yogahaus und Yoga Vidya Weilerswist". In Seminaren und Weiterbildungen deutschlandweit vermittelt sie Yoga alltagsnah und mit viel Energie und Freude.

Dietmar Neugebauer
Yogalehrer (BYV) und ausgebildeter psychologischer Berater. Dietmar leitet die Ganesha-Kinderwelt in Bad Meinberg.

Duo en Camino
Frauke Richter und Klaus Heitz begleiten die ZuhörerInnen in ihren meditativen Klangkonzerten auf eine Reise der Seele, die weder Raum noch Zeit kennt. Ihr Anliegen ist es, in dieser besonderen Zeit des Wandels, mit der Kraft der Musik – durch Stimme, Harfe, Hang, Monochord, Gitarre, Klangschalen und Rahmentrommel – ein tiefes Gefühl der Geborgenheit, des Vertrauens und der Verbundenheit herbeizuführen.

Fridolin Schuster
Yogalehrer VinyasaFlow, AcroYoga® und Yin Yoga. Fridolin absolvierte Weiterbildungen in Aikido, Tanz und traditioneller Thai-Massage. Er gibt Seminare im In- und Ausland.

Referenten

Gisela Dombrowsky
Gesundheitscoach und Lachyoga-Trainerin nach Dr. Madan Kataria. Sie ist in verschiedenen Kitas tätig und hegt eine große Leidenschaft für Lachyoga mit Schülern, Lehrern und im Kinderkrankenhaus.

Ingrid Henss
Als Yoga Vidya Shanti Vasi lebt und arbeitet Ingrid bei Yoga Vidya in Bad Meinberg. Sie ist Gesundheitsberaterin und bereitet mit großer Freude vollwertige, ausgewogene und vegane Leckereien zu.

Ingrid Seemann
Yogalehrerin, Gymnasiallehrerin und Phyllis Krystal-Trainerin. Seit über 15 Jahren arbeitet sie mit dieser Methode in der Schule, beim Yogaunterricht und im privaten Bereich.

Jana Krützfeldt
Yogalehrerin (BYV) und Dipl.-Soziologin. Jana lebt und arbeitet bei Yoga Vidya in Bad Meinberg. Sie liebt es, mit Kindern und Jugendlichen auf dynamische und spielerische Weise die Gemeinsamkeiten von Capoeira und Yoga zu entdecken.

Katrin Trescher
Förderschullehrerin an einer Schule für geistige Entwicklung, Sprachheilpädagogin, ProYoBi®-Trainerin und Referentin im Team von P. Proßowsky, Kursleiterin im Zentrum für Bildungsgesundheit Leipzig, langjährige Kinderyoga-VHS Dozentin und Leiterin von ProYoBi®-Ausbildungen und Workshops in Halle.

Kitty Baar
Schauspielerin mit Engagements beim Rundfunk, Theater und Film, theaterpädagogische Ausbildung zur Spielleiterin LAG Berlin, Yogalehrerin (BDY) und Ausbildung zur Kinderyoga-Lehrerin bei P. Proßowsky. Sie leitet Kurse im Rahmen der ProYoBi®-Yogaausbildung beim Sportbund Berlin und DRK Düsseldorf und ist als grafische Gestalterin tätig.

Manja Köstel
Dipl.-Reha.-Psych., Yogalehrerin, auch speziell für Tuchyoga und AcroYoga®. Sie betreibt in Leipzig das „Chamundi Yogastudio" und unterrichtet seit 7 Jahren in Deutschland und international.

Monika Adele Camara
Erzieherin, Tanzpädagogin, Yogalehrerin, Gründerin von „KinderGarden" – Baumpatenschaft zur kinder-nachbarschaftlichen Fairnetzung in Nürnberg und Leiterin des Afrikuco-Institutes. Sie unterrichtet mit Leidenschaft AfroYoga® und Kinderyoga-Gruppen, u.a. in Kooperation mit Krankenkassen und der VHS.

Dr. Nalini Sahay
Yoga-Meisterin (Acharya) und Psychologin. Sie verbindet tiefes klassisches Yoga-Wissen mit westlicher Psychologie und Medizin. Dr. Nalini Sahay lernte Energietechniken in der Tradition von Swami Sivananda und Swami Satyananda. Im therapeutischen Yoga an Schulen und Krankenhäusern sowie in der Sozialarbeit mit Straßenkindern, Aids- und Suchtkranken wendet sie diese Techniken sehr wirkungsvoll in modifizierter Weise an.

Narendra Hübner
Leiter von Yoga Vidya Bad Meinberg und Verantwortlicher für den Ausbildungsrat und Ausbildungsrichtlinien bei Yoga Vidya. Er leitet viele Seminare, Aus- und Weiterbildungen bei Yoga Vidya und ist an der Steinbeis Hochschule als Dozent für Yoga tätig.

Nepal Lodh
Dipl.-Sozialwissenschaftler, professoraler Lehrbeauftragter, Therapeut, Buchautor und indischer Yogameister. Als Yoga-Therapeut ist er in einer psychiatrischen Klinik und als Dozent an Volkshochschulen tätig.

Nina Möhle-Berg
Ergotherapeutin und Yogalehrerin (BYV), Übungsleiterin für Kinder- und Jugendyoga, P.-Hess-Klangmassage-Praktikerin. Sie absolvierte Weiterbildungen in E.-Hess-Klangyoga für Kinder, traumasensiblem Yoga (TSY) und Yin Yoga. Ergotherapeutin seit 1999, seit 2005 tätig in der Kinder- und Jugendpsychiatrie.

Pritpal Kaur
Yogalehrerin ‚Master Hatha Yoga' (Yoga Alliance International), Yogalehrerin Kundalini Yoga (3HO Deutschland), Kinderyoga-Lehrerin (Fachausbildung für Kinder und Jugendliche, 3HO), Yoga für Jugendliche (Krishna Kaur), Yoga für Senioren, Referentin bei DTB und Dozentin (Paracelsus und VHS).

Radhika Annika Siegenbruk
Gründerin und Leiterin von „Amara Yoga", Marketing Vertriebsökonomin, Trainerin für Gewaltprävention von Kindern und Jugendlichen, Yogalehrerin (BYV), Senioren-Yoga-Übungsleiterin (BYV), Kinder-Yogalehrerin (BYV), Meditationskursleiterin (BYVG), Passive Yoga /Ayur Thai Massage (AYV) und Reiki I und II.

Sabina Pilguj
Autorin, Kinderyogalehrerin, psychotherapeutische Heilpraktikerin und ausgebildet in klinisch orientierter Psychomotorik. Sie ist Herausgeberin des Buchklassikers „Yoga mit Kindern".

Sibylle Schöppel
Studium der Kindergartenpädagogik in Graz, Kinderyoga-ausbildung „Next Generation Yoga", selbstständige Tätigkeit als Yogalehrerin für Kinder, Sivananda Yoga-Ausbildung in Indien, Organisatorin des 1. österreichischen Kinderyoga-Kongresses 2009. Sibylle bietet Kinderyogalehrer-Ausbildungen und Fortbildungen im deutschsprachigen Raum an. Sie ist Herausgeberin des Sammelwerks „Kinderyoga nach Sibylle Schöppel" und entwickelt didaktisches Kinderyoga-Lernmaterial.

Svenja Paulsen
Erzieherin, Kinderyoga-Übungsleiterin und Yogalehrerin. Sie unterrichtet Seminare und Kinderyoga in der Ganesha-Kinderwelt und gibt Kinderyogastunden in Kindertagesstätten sowie Grundschulen in Hamburg.

Tina Buch
Yogalehrerin (BYV), Kinderyogalehrerin (KYA/KYD), Entspannungspädagogin (BTB), Erzieherin. Tina entwickelte das Konzept „Klangyoga für Kinder" und ist Autorin des gleichnamigen Buches. Sie arbeitet seit 2007 mit dem eigenen Konzept „EASY KIDS"."

Tripura Kati Voß
Heilpraktikerin i.A., Yogalehrerin (BYV), Ayurveda Therapeutin (BYV), EMYK®-Ausbilderin, Entspannungstrainerin, Atemkursleiterin, Klangschalenmasseurin, Mediatorin und Systemischer Coach.

Ulla Bräunlich
Yogalehrerin für Kinder und Jugendliche, Entspannungspädagogin, Yogalehrerin (BYV), Referentin im Team von ProYoBi® (von P. Proßowsky), seit 2008 als Kinderyogalehrerin in verschiedenen Berliner Bezirken an ganz unterschiedlichen Grund- und Sekundarschulen tätig (Klassenstufen 1 – 10). Ulla ist auch als Schauspielerin tätig.

Wolfgang Seemann
Yogalehrer und Lehrer am Gymnasium für die Fächer Deutsch, Französisch und Politik/Sozialwissenschaften. Wolfgang lebt mit seiner Frau Ingrid als Yoga Vidya Shanti Vasi im Bad Meinberger Ashram von Yoga Vidya. Über 20 Jahre spielte er in einem Gitarrenorchester und war über viele Jahre als Gitarrenlehrer an einer Musikschule tätig.

Preise für Erwachsene

Pauschal-Preise (Programm mit Verpflegung und Übernachtung):
Fr-So: Mehrbettzimmer (MZ) 192 €, Doppelzimmer (DZ) 223 €, Einzelzimmer (EZ) 256 €, Einzelzimmer ohne Balkon/WC/Dusche 223 €, Schlafsaal/Zelt (S/Z) 167 €.
Zusätzliche Übernachtung: MZ 49 €, DZ 65 €, EZ 81 €, S/Z 36 €.

Tageskarte (Programm mit Verpflegung ohne Übernachtung):
Fr. und So. je 45 €, nur Sa. 70 €.

10 % Ermäßigung für BYV-, BYVG-, BYAT-Mitglieder

Kurzfristige Änderungen vorbehalten. Für manche Workshops gibt es beschränkte Teilnehmerzahlen. Es empfiehlt sich daher eine frühzeitige Anreise mit Eintragung in die Workshop-Listen.

Anmeldung: siehe S. 26
Bitte frühzeitig anmelden.

Preise für Kinder, Jugendliche & Schulklassen

Komplettes Kongressprogramm: halber Erwachsenen-Preis.

Tageskarte: halber Erwachsenen-Preis.

Tagespauschale pro Schulklasse:
Fr./So.: 60 €, Sa. 120 €. Übernachtung auf Anfrage.

Kinderbetreuung: für Kinder unter 3 Jahren (kein Wickeln): halber Tag 35 €, ganztags 70 €.
Bitte vorher anmelden.

Kinder ab 3 Jahren entweder für das Kinder-Kongressprogramm oder das Kinderyoga-Seminar anmelden. Dieses bieten wir an für Kinder zwischen 3 - 6 und 7 - 12 Jahren. Den genauen Tagesablauf kannst du telefonisch erfragen, du findest ihn auch in der Seminarübersicht unter *www.yoga-vidya.de*.

Anmeldung: siehe S. 27
Bitte frühzeitig anmelden.

Verbindliche Anmeldung für **Erwachsene** zum **Kinder-YogaKongress** vom 24.3.-26.3.2017

Bitte per Post oder Fax an: Yoga Vidya Bad Meinberg
Yogaweg 7, 32805 Horn-Bad Meinberg, Fax 05234/87-1875
Anmeldung per E-Mail: rezeption@yoga-vidya.de

Name, Vorname: .....

Adresse: .....

.....

Tel.: ..... E-Mail: .....

Ich wünsche Unterbringung im:

○ EZ 256 € ○ MZ 192 € ○ EZ ohne Bad 223 € ○ S/Z 167 €

○ DZ 223 € zusammen mit .....

○ **Nur Tageskarte** ○ Fr. 45 € ○ Sa. 70 € ○ So. 45 €

○ Ich reise schon am Donnerstag an. ○ Ich bleibe bis Montag.
(Zusatzübernachtung MZ 49 €, DZ 65 €, EZ 81 €, S/Z 36 €)

○ **Ich komme mit Kindern** ○ **Betreuung erwünscht**
(bitte Kinder-Anmeldung Seite 27 ausfüllen)

○ Mitglied BYV/BYVG/BYAT (10 % Ermäßigung)

○ Anzahlung ..... (minimum 25 €)

○ Restzahlung ..... (fällig bei Überweisung 2 Wochen vor Beginn)
Wir bitten zur Vereinfachung unserer Buchhaltung um Bankeinzugserlaubnis. Vielen Dank!

○ SEPA-Lastschrift: ich ermächtige Yoga Vidya e.V. ..... € von meinem Konto einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die SEPA-Lastschrift einzulösen.

Name .....

Adresse .....

IBAN .....

BIC .....

❍ Überweisung auf das Konto des Yoga Vidya e.V. Bad Meinberg, Kto.-Nr. 2150078400 bei der Volksbank Paderborn-Höxter-Detmold e.G., BLZ 47260121 (bei Überweisungen aus dem Ausland BIC: DGPBDE3M, IBAN: DE41472601212150078400). Bitte unbedingt „Kinderyoga Kongress 2017" auf Überweisungsträger schreiben; Beleg bitte mitbringen.

.....

Ort, Datum, rechtsverbindliche Unterschrift

Rücktritt und Rückzahlung bis 2 Wochen vor Kongressbeginn 25 € Stornogebühr. Rücktritt und Rückzahlung bei weniger als 2 Wochen bis zum Kongressbeginn 50 % Rückerstattung. Umbuchungen und Gutschriften bis 2 Wochen vor Kongressbeginn kostenlos. Umbuchungen bei weniger als 2 Wochen bis zum Kongressbeginn oder Rücktritt mit Gutschrift: 15 € Bearbeitungsgebühr.

Verbindliche Anmeldung für **Kinder und Jugendliche** vom 24.3.–26.3.2017

Name, Vorname des Kindes/der Kinder:

1. Kind ..... Alter .....
2. Kind ..... Alter .....
3. Kind ..... Alter .....
4. Kind ..... Alter .....
5. Kind ..... Alter .....
6. Kind ..... Alter .....

Name, Vorname: .....

Adresse: .....

.....

Tel.: ..... E-Mail: .....

○ **Kinderyoga Kongress**

○ Gesamt (Freitag-Sonntag)

○ Nur Tageskarte für: ○ Fr. ○ Sa. ○ So.

○ **Kinderyoga-Seminar 3–6 Jahre**

○ **Kinderyoga-Seminar 7–12 Jahre**

Verbindliche Anmeldung für **Schulklassen**

Schule: .....

Lehrer/Betreuer: .....

Adresse: .....

.....

Tel. tagsüber: ..... abends: .....

Fax: ..... E-Mail: .....

○Anzahl Schüler ..... ○Klasse .....

○ **Mit Übernachtung** ○ **Ohne Übernachtung**

○ **Kinderyoga Kongress**

○ Gesamt (Freitag-Sonntag)

○ Nur Tageskarte für: ○ Fr. ○ Sa. ○ So.

Lehrer/Betreuer/Begleitperson kostenlos

.....

Ort, Datum, rechtsverbindliche Unterschrift

Yoga Vidya e.V.
Yogaweg 7
32805 Horn-Bad Meinberg
Telefon: 05234/87-0
Fax: 05234/87-1875
info@yoga-vidya.de
www.yoga-vidya.de

Stand September 2016