Yoga - Entspannungsverfahren erfahren

Inhalt: Yoga schafft Räume für einen bewussten Umgang mit Bewegung, Achtsamkeit und Ruhe. Die Fortbildung bietet ein abwechslungsreiches Angebot an Yoga Figuren, die Körperwahrnehmung, Koordination und Konzentration fördern. Zudem wird das Anleiten von Bewegungsabfolgen aufgegriffen, bei dem die Teilnehmenden lernen, die Gruppe durch ruhige und klare Impulse fließen zu lassen.

Nr: 26F1710416

von: 07.04.2027 | 15:00:00 Uhr **bis:** 07.04.2027 | 17:15:00 Uhr

Anmeldeschluss: 31.03.2027

Kapazität: 25

Einordnung: Sport

Veranstaltungsleiter: Frau Ludley, Jana

Zielgruppe: Lehrkräfte | LiV, Lehrkräfte im Vorbereitungsdienst | Pädagogische Mitarbeiter | Seiteneinsteigende

Veranstaltungsort: Ganztagsschule "Adolph Diesterweg" Roitzsch
Sandersdorf-Brehna OT Roitzsch

Dozent: Frau Ludley, Jana

Bemerkungen: Bitte Yogamatte, Handtuch und Trinken mitbringen.

Hinweis

Sie erreichen die Webseite mit Ihrer Fortbildung, indem Sie die untenstehende Adresse in die Adresszeile Ihres Internetbrowsers eingeben und anschließend die "Entertaste" drücken.

http://www.bildung-lsa.de/index.php?KAT_ID=15373&fortbildung_id=74646#f74646

Alternativ können Sie auch den nebenstehenden QR-Code mit Ihrem Handy scannen und die entsprechende Seite aufrufen.