

Stadtsportbund Chemnitz e. V.

Projekt: KOMM! in den Sportverein – Netzwerke zur Bewegungsförderung“

Projektleitung: Christina Schiwek – 0371/495000-47 – schiwek@sportbund-chemnitz.de

Fortbildungsangebot

## „Entspannungstraining für Kinder“

im Rahmen des Projektes KOMM! in den Sportverein – Netzwerke zur Bewegungsförderung

Ruhe und Entspannungsphasen sind für die kindliche Entwicklung genauso wichtig, wie freudvolle Bewegungsangebote und Spiele. In dieser Fortbildung lernen Sie altersspezifische Formen sowie die spielerische Vermittlung von Entspannungsübungen für Kinder im Alter von 5-10 Jahren kennen. Es werden unterschiedliche Entspannungsformen aus dem Yoga, dem Autogenen Training, der Progressiven Muskelentspannung, sowie Traumreisen und kleine Entspannungsübungen für zwischendurch vorgestellt. Zusätzlich werden Entspannungsstunden für unterschiedliche Altersbereiche präsentiert und der Aufbau der verschiedenen Unterrichtseinheiten besprochen.

Kursinhalte:

Grundlagen Entspannungstraining für Kinder

Gruppenspezifik und Besonderheiten der Zielgruppe

Einsatz von Entspannungsverfahren für Kinder in die alltägliche Praxis

Wahrnehmungsspiele und Atemübungen aus dem Yoga

Geschichten und Traumreisen aus dem Autogenen Training für Kinder

Kleine Körperachtsamkeitsübungen für Zwischendurch

Massagegeschichten für eine ganzheitliche Körpererfahrung

- Zielgruppe:** Alle Erzieher/innen von Kindertageseinrichtungen, Hortner/innen  
Trainer/innen sowie Interessenten
- Termin:** Samstag, 29.09.18 / 9:00 bis ca. 16:00 Uhr
- Ort:** Chemnitz, Ort wird noch benannt
- Kosten:** 59,90 € pro Teilnehmer inkl. Lehrgangsunterlagen und einem kleinen  
Mittagsimbiss
- Zertifizierung:** Die Teilnehmer/innen erhalten ausschließlich mit vollständiger Anwesenheit  
an der Fortbildungsveranstaltung ein Zertifikat über 8 Lerneinheiten (LE) mit  
entsprechend ausgewiesenem Inhalt. *Diese Maßnahme wird zudem als  
berufliche Fortbildung für Erzieher/innen im Freistaat Sachsen anerkannt!*
- Organisation:** Stadtsportbund Chemnitz e.V. in Kooperation mit dem Bildungswerk des  
Landessportbundes Sachsen e.V.

Stadtsportbund Chemnitz e. V.

Projekt: KOMM! in den Sportverein – Netzwerke zur Bewegungsförderung“

Projektleitung: Christina Schiwek – 0371/495000-47 – [chiwec@sportbund-chemnitz.de](mailto:chiwec@sportbund-chemnitz.de)

**Anmeldung:** bis spätestens **27.08.2018 mit dem beigefügten Rückmeldeformular!**

**per Post:** Stadtsportbund Chemnitz e.V.  
Stadlerstr. 14a, 091265 Chemnitz

**Mail:** [chiwec@sportbund-chemnitz.de](mailto:chiwec@sportbund-chemnitz.de)

**Fax:** 0371 – 495 000 49

Die Anmeldungen werden in der Reihenfolge des Einganges bearbeitet und schriftlich von uns per E-Mail oder Post bestätigt.

Nach Ablauf der Meldefrist erhalten Sie eine Rechnung mit einer Einzahlungsfrist. Stornierungen und Umbuchungen sind ausschließlich schriftlich per Fax, Post oder E-Mail möglich. Die kostenfreie Rücktrittsfrist endet 21 Tage vor Veranstaltungsbeginn.

Bei unentschuldigtem Fernbleiben vom Lehrgang (d.h. ohne eines gültigen Krankenscheines o.ä.) ist keine Rückerstattung der Lehrgangsgebühr möglich.

Alle detaillierten Informationen zur Fortbildung, gehen den Teilnehmern nach Anmeldeschluss mit der Rechnung per Mail zu. Um die **Angabe der E-Mail-Adresse** wird unbedingt gebeten!

Die Teilnehmerzahl der Fortbildung beträgt min. 11 bzw. max. 20 Personen.

(Der Organisator kann wegen mangelnder Beteiligung, Unterschreitung der Mindestteilnehmerzahl oder durch Ausfall des Referententeams die Fortbildung vor Beginn streichen. Die Gebühren werden entsprechend erstattet.)



Christina Schiwek  
Projektleiterin



Stadtsportbund Chemnitz e. V.

Projekt: KOMM! in den Sportverein – Netzwerke zur Bewegungsförderung“

Projektleitung: Christina Schiwiek – 0371/495000-47 – schiwiek@sportbund-chemnitz.de

## Anmeldeformular Fortbildung „Entspannungstraining für Kinder“

**Termin der Fortbildung:** 29.09.2018  
(Meldeschluss: 27.08.2018)

**Name:** \_\_\_\_\_

**Kita (Name und Anschrift)/Tagespflege:**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Träger:** \_\_\_\_\_

**Kontaktdaten: Telefon:** \_\_\_\_\_

**E- Mail Kita:** \_\_\_\_\_

**E- Mail privat:** \_\_\_\_\_

**Rechnungslegung an:** \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Hiermit melde ich mich verbindlich für die o. g. Fortbildung an. Mit meiner Unterschrift akzeptiere ich die Teilnehmerbedingungen und bin damit einverstanden, dass meine Angaben in der TN-Liste erscheinen.

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift Teilnehmer(in)