

Kinder brauchen einen geschützten Ort...

...wo sie sich in ihrem eigenen Element wahrnehmen können - sich persönlich angesprochen, ernst genommen und wohlfühlen dürfen – wo sich ihr Potential an Kreativität, Individualität und Lebensfreude ohne jeglichen Druck entfalten und entwickeln kann. Dies im häuslichen Alltag, im Schul- oder privaten Unterricht zu berücksichtigen bedeutet, ihnen eine kleine geeignete **Insel** zu schaffen!

- lernen, den eigenen inneren Rhythmus wahrzunehmen und ihn zu beherzigen
- erfahren, was uns guttut und was wir (ver)meiden wollen
- Gemeinschaftssinn und Eigenverantwortung üben und leben



Dies sind Voraussetzungen, welche dem Kind ein gesundes und harmonisches Leben und Lernen ermöglichen.

Ausgehend von dieser Motivation habe ich 2009 meine **Oase Kinderyoga** gegründet. Als ein sehr spannender Prozess erwies sich das Zusammenbringen meiner persönlichen Erfahrungen und Erkenntnisse bezüglich der **therapeutischen Aspekte von Musik & Bewegung, mit Sprache, mit einer differenzierten Pädagogik** und nicht zuletzt mit meiner eigenen **gesundheitsorientierten Lebenseinstellung**. Diese Entwicklung wird weiterhin im Prozess bleiben.

Entstanden ist aus dieser Zeit auch eine kleine **Dokumentation für Yoga mit Kindern in der Schule**.

Sie beantwortet einerseits grundsätzliche Fragen über den *Yoga mit Kindern* und verschafft anhand der thematisierten Bereiche *Spiel, Bewegung & Musik* einen Einblick in persönliche diesbezügliche Erfahrungen mit Kindern & Jugendlichen seit 2001.

Die Broschüre „**Starke Kinder – auf bewegtem Weg zum optimalen Zusammenspiel ihrer körperlichen, seelischen und geistigen Kräfte**“ ist im Eigenverlag erschienen.

Musik ist

... Schwingung – Gefühle ansprechend – heilend für die Seele – nonverbales Medium für Kommunikation – die Fantasie anregend – beruhigend – die Aufmerksamkeit lenkend und konzentrierend – zum Träumen und Loslassen einladend – die Bewegung initiierend und begleitend ...

Bewegung ist

... spielerisch – spontan – Ausdruck des Befindens – wirkt harmonisierend – eigene Grenzen erweiternd – kräftigend – vitalisierend und befreiend – heilsam – kreativ – schöpferisch – lösend und fließend...

PER-SONA bedeutet **durch das der Ton kommt**
(aus dem Lateinischen übersetzt)

