

DIPLOM

Katja Teschner-Urban

hat die Ausbildung zur diplomierten

**KINDERYOGA-
LEHRERIN**

erfolgreich absolviert

Lehrinhalte

Kinderyoga Grundlagen
Pädagogisch-didaktische Grundsätze & Methodik
Aufbau und Planung einer Kinderyoga-Einheit
Atemprinzipien und Spannungsabbau
Asanas in Theorie und Praxis
Kindgerechte Yoga-Abfolgen
Musik und Geschichten im Kinderyoga
Regeln und Rituale für Kinder
Yoga und Körperwahrnehmung
Entspannungstechniken für Kinder
Kinderyoga Anatomie
Inspirierende Musterstunden

Graz, am 22. Februar 2026

Ort, Datum

Sibylle Schöppel *Manuel Schischek*

Sibylle Schöppel & Manuel Schischek

Sibylle Schöppel & Manuel Schischek
Ausbildungsleiter
Yoga-Lehrer für Kinder, Jugendliche und
Erwachsene
www.kinderyogaexpertin.at

ÖCERT
Institut PROJOG ist Ö-CERT Qualitätsanbieter



PROJOG
Bildungsinstitut
Fossegasse 12
A-8010 Graz
projog@gmx.at