

	Fortbildungsveranstaltung des VDLÖ in Zusammenarbeit mit der Kirchlichen Pädagogischen Hochschule Wien/Krems
	Yoga (Hatha-Yoga) 2024
Zeit:	Samstag 20. Jänner 2024, 13:30-17,50 Uhr
Ort:	1120 Wien, VHS Meidling, Längenfeldgasse 13-15, Turnsaal/Gymnastikraum 2 Bitte auf www.vdloe.at kurz vor der Veranstaltung prüfen!
Programm:	13:30 Uhr: Eintreffen/Registrierung 1. Einheit: 13:45 – 15:00 Uhr: Yoga „Stehhaltungen“ für Anfänger/innen / leicht Fortgeschrittene 2. Einheit: 15:10 – 16:25 Uhr: Yoga mit Hilfsmittel für Anfänger/innen / leicht Fortgeschrittene 3. Einheit: 16:35 – 17:50 Uhr: Yoga Asanas am Boden/an der Wand für Anfänger/innen / leicht Fortgeschrittene
Inhalte: Ziel: Pädagogische überfachliche Inhalte:	Kennenlernen/Wiederholen von Hatha-Yoga-Asanas mit und ohne Hilfsmittel (Gurt, Theraband®, Bälle, Scheiben etc.) inkl. Einbeziehung der Spiraldynamik®. Ziel jeder Einheit ist es, die Übungen an den entsprechenden Zielgruppen (z. B. Sekundarstufe I/Sekundarstufe II - Progressionen/Regressionen der Übungen) und an das Trainingsniveau anzupassen. Die Einheiten werden teilweise mit Musik durchgeführt. Fach- und Methodenkompetenz
Teilnehmerkreis:	Pädagog(inn)en Sekundarstufe 1/ Sekundarstufe 2 und Gäste
Kurskosten:	Lehrer/innen: € 35,- // Gäste: € 50,- Der begünstigte Tarif kann nur für VDLÖ-Mitglieder/PH-Teilnehmer/innen, die an der KPH immatrikuliert sind, gewährt werden!
Anmeldung:	schriftlich mit Anmeldeformular bis 10. Jänner 2024 an: Mag. Gerhard Neumann, E-Mail: gerdneumann@yahoo.com oder online unter www.vdloe.at Die Anmeldung ist definitiv nach Verständigung durch den VDLÖ und anschließender Einzahlung der Anzahlung bzw. des Kursbeitrages.
Kursleitung/Auskunft:	Mag. Petra Ried, E-Mail: p.ried@gmx.at
Kurslehrer:	Mag. Petra Ried
Haftung:	Der VDLÖ lehnt jede Haftung für Personen- und/oder Sachschäden sowohl den Teilnehmer(inne)n als auch Dritten gegenüber ab. Es wird ein persönlicher Versicherungsschutz empfohlen!

ANMELDEFORMULAR „YOGA 2024“

Name: _____ Vers.Nr.: ____ / _____

Privatadresse: _____ E-Mail: _____

Schule: _____ Telefon: _____

Gast: _____ Vers.Nr.: ____ / _____

Datum: _____ Unterschrift: _____

Das Anmeldeformular mailen Sie bitte **bis 10.01.2024** an: Mag. G. Neumann (E-Mail: gerdneumann@yahoo.com)