

KOAG - KörperOrientierte Achtsamkeit in der Schule

Fortbildung für Lehrkräfte, PädagogInnen und andere Interessierte am 21. Februar 2026 in Groß-Zimmern (bei Darmstadt)

KOAG ist ein einfaches körperorientiertes Achtsamkeitsprogramm für Schulkinder ab 6 Jahren. In der Fortbildung werden die Teilnehmenden in nur drei Stunden mit dem Programm so vertraut, dass sie es unmittelbar selbst im Unterricht oder der Betreuung anleiten können. Es ist einfach im Schulalltag zu praktizieren, mit einer Gesamtdauer von 5 bis 15 Minuten flexibel in der Anwendung und direkt im Klassenzimmer anwendbar.

Das KOAG Programm hat vielfältige positive Wirkungen: die Kinder lernen abzuschalten, werden ruhiger und ausgeglichener. Der Umgang miteinander wird freundlicher. Kraft und Flexibilität nehmen zu und Haltungsschäden wird entgegengewirkt. Die Kinder entwickeln eine positive Beziehung zu sich selbst und können sich besser regulieren. Der Unterricht verläuft ruhiger, die Kinder sind konzentrierter und die Lehrkräfte können sie leichter erreichen.

Diese KOAG-Einführung ist für alle geeignet, die KOAG kennen lernen und Schulkinder anleiten wollen. Darüber hinaus stellt sie einen Baustein dar, wenn jemand KOAG-ReferentIn werden möchte (Näheres s. hierzu auf koag.org).

Termin: 21.02.2026, 10 Uhr bis 14 Uhr
Ort: bei Elke Woertche in Groß-Zimmern
Kosten: € 80,00€ incl. 19% Umsatzsteuer und Materialien
Anmeldung: Per mail oder schriftlich, Zahlung dann in bar vor Ort
Bringt dicke Socken mit, Raum ist Fußkalt

Anmeldung und Rückfragen bei
Yoga im Hörnert - Diplom-Psychologin Elke Woertche
Hörnertweg 19, 64846 Groß-Zimmern
06071 – 7378952 info@yogaimhoernert.de
www.yogaimhoernert.de

Hiermit melde ich mich verbindlich für die KOAG-Einführung am 21. Februar 2026 an:

Name

Adresse

Telefon

Beruf (optional)

Schwerpunkt (Optional): Klasse 1-4 Klasse 5 -10 andere