

FLORIAN KINDER- YOGA- LICHTENWAL

- ✉ florian.kinderyoga@example.de
- ☎ +49 89 6748 2913
- 📍 Muenchen, Deutschland
- 🌐 kinder-yoga-muenchen.de
- 🌐 linkedin.com/in/florian-kinder-yoga-lichtenwald
- 📷 instagram.com/kinder_yoga_muenchen

FÄHIGKEITEN

- Kinder-Yoga 3-6 Jahre (Vorschule)
- Kinder-Yoga 7-10 Jahre (Grundschule)
- Teen-Yoga 11-14 Jahre
- Kinder-Achtsamkeit & Anti-Stress
- Kita- & Schul-Yoga (Bayerischer Lehrplan)
- Bewegungsspiele & Asana-Geschichten
- Yoga bei ADHS & Konzentrationsstörungen
- ZPP §20 SGB V Kinder-Prävention

ZERTIFIKATE

BDY Kinder-Yoga Diplom 60h (Bund Deutscher Yogalehrer)

- 06/2021

Yoga Alliance Registered Children's Yoga Teacher RCYT-95

- 04/2020

ZPP Paragraph 20 SGB V Prävention Anerkennung (Kinder)

- 09/2022

PROFIL

Kinder-Yogalehrer mit BDY Kinder-Yoga Aufbau-Modul 60h (Goettingen 2020), Yoga Alliance RCYT-95 Kinder-Yoga und 8 Jahren Erfahrung in 12 Muenchner Kitas und 6 Grundschulen. Festes Wochenraster mit 22 Kinder-Yoga-Stunden plus 4 Schul-AG-Kurse. Kooperation mit Stadt Muenchen Praeventionsamt fuer 'Yoga in der Schule' Pilotprogramm. 4.200+ Kinder in 8 Jahren begleitet, durchschnittliche Konzentrations-Verbesserung 28 % bei ADHS-Kindern.

BERUFSERFAHRUNG

Kinder-Yogalehrer & Schul-Yoga-Koordinator

Eigene Praxis 'Kinder-Yoga Muenchen' + 12 Kitas + 6 Grundschulen

Muenchen, Deutschland

09/2017 - heute

Festes Wochenraster mit 22 Kinder-Yoga-Stunden plus 4 Schul-AG-Kurse und Eltern-Workshops

- Unterrichtet 22 Kinder-Yoga-Stunden pro Woche (3-6, 7-10, 11-14 Jahre differenziert) in 12 Kitas und 6 Grundschulen mit durchschnittlich 14 Kindern pro Stunde
- Leitung 4 Grundschul-AG-Kurse 'Yoga & Achtsamkeit' mit 96 Kindern und Schwerpunkt ADHS-Konzentration (Verbesserung 28 % laut Lehrer:innen)
- Co-Direktion BDY Kinder-Yoga Aufbau-Modul Muenchen mit 18 Teilnehmer:innen pro Kohorte und 2 Kohorten pro Jahr seit 2023
- Pilotprogramm 'Yoga in der Schule' mit Stadt Muenchen Praeventionsamt, EUR 48.000 Foerderung und 384 Kindern in 2024
- Eltern-Kinder-Yoga-Wochenenden im Bayerischen Yoga-Festival mit 84 Familien pro Wochenende, 4 Wochenenden pro Jahr

Staatsexamen Lehramt Grundschule LMU Muenchen

- 07/2013

Yoga bei ADHS Aufbau-Modul (Sat Bir Singh Khalsa Lineage)

- 11/2023

Yoga Alliance Certified RYT-500 (Iyengar Yoga Institut Muenchen)

- 06/2018

SPRACHEN

Deutsch • Muttersprache

Englisch • C1

Spanisch • B1

Sanskrit • A2

STÄRKEN

Kindgerechte Sprache

Verwende Asana-Geschichten 'Loewe', 'Baum', 'Schmetterling' statt Sanskrit, dadurch verstehen 4-jährige sofort die Bewegung

Eltern-Kommunikation

Sende nach jeder Stunde eine kurze Eltern-Email mit 3 'Heim-Praxis-Spielen' (5-10 Min.), dadurch 78 % Eltern-Compliance und Wieder-Anmeldung

Inklusive Anpassung

Modifiziere Asanas fuer Kinder mit ADHS, Asperger oder motorischen Einschränkungen ohne Kind aus Gruppe zu isolieren, in Kooperation mit Schul-Sozialarbeit

Grundschullehrerin (Lebenskunde + Sport)

Grundschule an der Klenzestrasse Muenchen

Muenchen, Deutschland

08/2013 - 08/2017

Klassenlehrerin Klasse 2 und Sport-Fachlehrerin 1-4 mit Yoga-AG-Schwerpunkt

- Klassenlehrerin Klasse 2 (24 Kinder) ueber 4 Schuljahre mit Schwerpunkt Lebenskunde + sozial-emotionales Lernen
- Aufbau der Schul-Yoga-AG mit 16 Kindern pro Halbjahr und Integration in Bayerischen Lehrplan Sport Grundschule
- Co-Anleitung Eltern-Lehrer-Workshops 'Achtsamkeit im Familien-Alltag' mit 28 Eltern pro Workshop, 4 Workshops pro Jahr
- Mitarbeit Bildungsamt Muenchen Pilotprojekt 'Achtsamkeit in Grundschulen' mit 6 teilnehmenden Schulen

AUSBILDUNG

BDY Kinder-Yoga Diplom 60h

BDY Bund Deutscher Yogalehrer Goettingen

Goettingen, Deutschland

09/2020 - 06/2021

Kinder-Yoga Aufbau-Modul 60h • 1,3

Yoga Alliance RCYT-95 Kinder-Yoga Diplom

Yoga Vidya Bad Meinberg • Bad Meinberg, Deutschland

01/2020 - 04/2020

Registered Children's Yoga Teacher RCYT-95 • 1,4

Yoga Alliance RYT-500 Zertifikat

Iyengar Yoga Institut Muenchen • Muenchen, Deutschland

09/2017 - 06/2018

300h Aufbau Yoga-Lehrer:in • 1,5

Staatsexamen Lehramt Grundschule

Ludwig-Maximilians-Universitaet Muenchen (LMU)

Muenchen, Deutschland

10/2009 - 09/2013

Grundschulpaedagogik • GPA: 1,6

PROJEKTE

Stadt Muenchen 'Yoga in der Schule' Pilotprogramm (Stadt-Foerderung)

- 01/2024 - heute

Pilotprogramm in 6 Grundschulen Muenchen-Schwabing mit 384 Kindern, Stadt-Foerderung EUR 48.000, Konzentrations-Verbesserung 28 % bei ADHS-Kindern (laut Lehrer:innen-Berichten)

Kinder-Yoga-Lehrer:innen-Ausbildung 60h (Co-Direktion)

- 09/2023 - 06/2024

BDY-Aufbau-Modul Kinder-Yoga in Muenchen mit 18 Teilnehmer:innen pro Kohorte, 2 Kohorten pro Jahr