



Kinderkurs

Informations-Fragebogen

Allgemeine Informationen:

Name und Vorname der Eltern:	
Name und Vorname des Kindes:	
Alter und Geschlecht des Kindes:	
Wohnort:	
Schule:	Klasse:
Geschwister:	
Hobby's:	
Bekannte Krankheiten oder Allergien des Kindes:	
Telefonnummer der Eltern:	

Detailliertere Fragen:

Würden Sie sagen Ihr Kind besitzt einen großen Freundeskreis?	☐ Ja ☐ Nein	
Hat ihr Kind Probleme in der Schule?	☐ Ja ☐ Nein	
Tut sich Ihr Kind schwer, beim knüpfen neuer Freundschaften?	☐ Ja ☐ Nein	
Verspürt ihr Kind einen erhöhten Druck, z.B. Leistungsdruck ?	☐ Ja ☐ Nein	
Hat Ihr Kind Konzentrationsschwierigkeiten?	☐ Ja ☐ Nein	

Bemerken Sie bei Ihrem Kind Schlafschwierigkeiten z.B. Nächtliche Unruhe, Kurze Schlafdauer?	☐ Ja ☐ Nein	
Braucht Ihr Kind Dinge um sich abzuregen oder den Druck abzubauen? Z.B. Fingernägel kauen, Haare zupfen, Ohren ziehen etc. ?	☐ Ja ☐ Nein	
Leidet ihr Kind in stressigen Situationen an Übelkeit, Durchfall, Magen-Darm-Probleme?	☐ Ja ☐ Nein	
Hat ihr Kind öfter Kopfschmerzen?	☐ Ja ☐ Nein	

Wichtige Infos für die Eltern:

In diesem Kurs erlernen Kinder wie Sie sich in „stressigen“ Situationen selbst in einen entspannteren Zustand bringen können, in dem Sie ihrer Wahrnehmung schärfen. Hierbei werden einige Entspannungsverfahren angewendet.

Kinderyoga: fördert die Konzentration, das Gedächtnis und hilft beim sozialen Verhalten.

Autogenes Training: wirkt entspannend auf den Kreislauf und hilft die eigenen Gedanken zu beeinflussen.

Fantasiereisen: die Fantasie ist für Kinder ein wichtiges Element ihrer Sinne. Diese Fantasie wird gezielt genutzt um erlebte Dinge noch einmal zu durchleuchten, Spannungen abzubauen und die Kreativität zu fördern.

Atemübungen: durch richtige Atemübungen, können Kinder selbst einen Großteil des Drucks abbauen und sich so einen klareren Kopf verschaffen.

! Kinder gelangen nicht so einfach wie Erwachsene in eine Entspannung. Kinder benötigen für eine Entspannung zuerst eine Anspannung bzw. eine körperliche Aktivität! Aus diesem Grund wird die Kursstunde aus wichtigen Abläufen zusammengestellt.

- ☐ Ankommen/Einleitung
- ☐ Bewegung in Form von Bewegungsspielen etc.
- ☐ Hauptteil wie Kinderyoga, verpackt in eine spannende Mitmachgeschichte.
- ☐ Entspannungsphase, z.B. Fantasiereise, Autogenes Training etc.
- ☐ End Teil: kurze Zusammenfassung mit Übungen und Tipps für Zuhause.

Sprechen Sie gerne die Kursinhalte nach dem Kursende mit Ihrem Kind zusammen durch und üben gemeinsam erlernte Yogapositionen oder Atemübungen nach. So bekommt das Erlernte nochmal einen neuen Stellenwert und bezieht die gesamte Familie mit ein.

! Haftungsausschluss!

Ich, Viviana Burkhart übernehme gemäß der Allgemeinen Geschäftsbedingungen keine Betreuungs- und Aufsichtspflichten außerhalb des Kurses für ihr Kind. Diese liegt ausschließlich bei den Erziehungsberechtigten.

Mit Vorlage dieser Einverständniserklärung und Haftungsfreistellung kann mein Kind, das 8 Jahre oder älter ist, an dem Entspannungskurs teilnehmen. Sollte mein Kind sich während des Kurses Verletzungen zuziehen, kann Frau Viviana Burkhart nicht haftbar gemacht werden. Ausgenommen sind Vorsatz und grobe Fahrlässigkeit. Bei schlechtem Benehmen (z.B. Unfolgsamkeit, Störung der Veranstaltung, mutwillige Beschädigung von Sachen etc.) kann Frau Viviana Burkhart mich als Erziehungsberechtigte/n vor Kursende kontaktieren, damit ich mein Kind vorzeitig abhole.

Hiermit willige ich dem Haftungsausschluss ein und versichere das meine oben genannten Angaben wahrheitsgemäß angegeben wurden.

Ort, Datum: _____

Unterschrift der
Erziehungsberechtigten: _____

😊 Ein Lächeln kostet nichts, also schenke es jedem der dir begegnet 😊