

# DIPLOM

Natascha Mettler

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 9. April 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](http://www.kinderyogaexpertin.at)

ÖCERT

Institut PROJOG ist Ö-CERT Qualitätsanbieter



PROJOG  
Bildungsinstitut  
Fossegasse 12  
A-8010 Graz  
[projog@gmx.at](mailto:projog@gmx.at)