

## **Eutonie – mit guter (Körper-)Spannung durch den Kita-Alltag** *Körperwahrnehmung – Körperbewusstsein – Spannungsregulierung*

**Termine:** Donnerstag, 12.11.2020, Dienstag, 15.12.2020, Donnerstag, 28.01.2021,  
jeweils 09.00 – 16.00 Uhr

**Ort:** Ackel-Areal  
Schaffhausenstraße 113  
72072 Tübingen  
Seminarraum conTAKT gGmbH, 4. Stock

**Referentin:** **Barbara Göger**

Dipl. Pädagogin,  
Eutonie-Pädagogin und -Therapeutin  
Organisationsberaterin Tübingen  
<https://goeger.com>, <https://eutonie.de>



**Inhalte:** Gerade in der pädagogischen Arbeit ist die Ebene der Körperlichkeit von großer Bedeutung – für die Kinder, für die Fachkräfte und im Kontakt untereinander. Körperausdruck, körperliche Befindlichkeit und Körpereinsatz bewusst wahrzunehmen und damit umzugehen kann wesentlich zum Gelingen des erzieherischen Alltags beitragen.

Eutonie unterstützt als somato-psychische Methode professionelle Präsenz durch körperliche Selbstwahrnehmung und fördert die Fähigkeit, gerade herausfordernden Alltagssituationen durch eine gute psychische und körperliche „Spannung“ angemessen zu begegnen.

Das Seminar ist explizit praxisorientiert und dient der körperlichen Wohlspannung (*bitte bequeme Kleidung, Decke und Matte mitbringen*).

- 1. Termin: Kennenlernen der Methode und ihrer Grundprinzipien**  
(4 Übungseinheiten à 1,5h mit und ohne Eutonie-Materialien)
- 2. Termin: Körperbewusstsein einbeziehen in herausfordernden Alltagssituationen** (Übungen kombiniert mit Praxisbeispielen)
- 3. Termin: Eutonie mit Kindern** (einfache Übungen, die im Kita-Alltag eingesetzt werden können)

**Kosten:** 240,00 Euro (Teilnahme an drei Seminartagen)

**Anmeldung:** Anmeldung bis 05.11.2020 an [anmeldung@kontakt-tuebingen.de](mailto:anmeldung@kontakt-tuebingen.de)