

TRAINING FÜR HELDENKIDZ

Selbstbehauptungs-
und Resilienztraining
(ca. 5 bis 10 Jahre)

Spiel dich
heldenstark
(ca. 3 bis 6 Jahre)



Für Familien / vereine /
Familienzentren
+ OFFENE KURSE (INKL. ELTERNINFO)
+ VORTRÄGE (FÜR ELTERN)

Für Betreuungseinrichtungen
+ KURSE IN KiTas/KiGAs
+ KURSE IN GRUNDSCHULEN
+ ELTERNABENDE / VORTRÄGE

Die Kinder lernen spielerisch

-> FRIEDVOLL KONFLIKTE ZU LÖSEN UND GRENZEN ZU SETZEN

-> DIE EIGENEN GEFÜHLE WAHRZUNEHMEN & ALS WEGWEISER ZU NUTZEN

-> RESPEKTVOLL MIT SICH UND ANDEREN UMZUGEHEN

-> EIGENVERANTWORTLICHES UND SELBSTBESTIMMTES HANDELN

-> RICHTIG HILFE ZU HOLEN UND WANN DAS NÖTIG IST

Helden in der Zukunft zu sein.

wir trainieren

- * MIT BEWEGUNG UND INTERAKTIVEN GESPRÄCHEN
- * MIT ROLLENSPIELEN & VERSCHIEDENEN ÜBUNGEN
- * DURCH VERKNÜPFUNG VON KÖRPER UND GEIST
- * ABWECHSLUNGSREICH
- * ANGEPASST AUF DIE KINDER

mit viel Spaß!



vorteile für Sie als Eltern / Lehrkraft /
Betreuungsperson / Trainer*in:

- + MEHR HARMONIE IM ALLTAG
- + WENIGER KONFLIKTE (= WENIGER STREIT SCHLICHTEN)
- + WENIGER STRESS -> MEHR LEICHTIGKEIT UND FREUDE
- + ENTSPANNTE ATMOSPHÄRE
- + RESPEKTVOLLES MITEINANDER



ICH BIN KATHRIN METZNER,
MAMA VON ZWEI KINDERN,
ZERTIFIZIERTE SELBSTBEHAUPTUNGS-
UND RESILIENZTRAINERIN, SPIEL- UND
BEWEGUNGSTRAINERIN (AUSGEBILDET
VOM TÜV-ZERTIFIZIERTEN BILDUNGS-
TRÄGER "STARK AUCH OHNE MUCKIS")

MEIN ZIEL IST ES, KINDERN EINE GLÜCKLICHE KINDHEIT UND
EIN ANGENEHMES LEBEN ZU ERMÖGLICHEN INDEM ICH IHNEN
STRATEGIEN UND WERKZEUGE AN DIE HAND GEBE, MIT DENEN
SIE SICH SELBST BESSER WAHRNEHMEN UND DADURCH
EIGENVERANTWORTLICHES UND SELBSTÄNDIGES HANDELN
ENTWICKELN KÖNNEN. DAMIT ERLERNEN DIE KINDER, FRIEDVOLL
GRENZEN ZU SETZEN, SIE WERDEN WENIGER KONFLIKTE HABEN
UND BEGEGNEN DEN HERAUSFORDERUNGEN DES LEBENS MIT
GELASSENHEIT, SICHERHEIT UND FREUDE.

FÜR EIN INDIVIDUELLES ANGEBOT SPRECHEN SIE MICH GERNE AN.



HELDENKIDZ
HEITZERSHEIM
HELDEN. KINDER. ZUKUNFT.

HELDENKIDZ
HEITZERSHEIM
HELDEN. KINDER. ZUKUNFT.

KATHRIN METZNER
ZERT. SELBSTBEHAUPTUNGS-
UND RESILIENZTRAINERIN
SPIEL- UND BEWEGUNGSTRAINERIN
MOBIL: 0172 987 6633
INFO@HELDENKIDZ.DE
WWW.HELDENKIDZ.DE