

# STARKE KINDER STARKE HELDEN

## • TRAINING •



LIEBE & ACHTSAMKEIT

Wir können nicht vermeiden,  
dass Kinder sich im Leben  
Herausforderungen stellen müssen.  
Wir können jedoch viel dafür tun,  
um unsere Kinder darauf vorzubereiten.



# Hi!

Ich bin Marcus und Vater von zwei Söhnen. Als zertifizierter Trainer für Selbstbehauptung und Resilienz nach dem Konzept „Stark auch ohne Muckis“ sowie als Spiel- und Bewegungstrainer liegt es mir am Herzen, Kinder dabei zu stärken, ein selbstbewussteres Leben zu führen.

## StarkeKinder - Trainings

(für Kinder ab 5 bis ca. 12 Jahren)

- Gruppen an Wochenenden
- Kindergarten und Vorschule
- Schule - 1. bis 6. Klasse
- Verein

## Mehrwert für Dein Kind

- Freundlicheres und einfühlsameres Miteinander ohne „Mobbing“
- Gesteigerte emotionale Intelligenz und Wohlbefinden
- Positive innere Haltung
- Gefestigtes Selbstvertrauen

## Über sich hinauswachsen...

... trotz Herausforderungen wie Schubsen, Beleidigungen, Provokationen, Ausgrenzungen, Wegnahme von Gegenständen oder Androhungen von Gewalt, mit denen Kinder vielfach konfrontiert werden.

In meinen Trainings können die Kinder durch Übungen mit Spaß ihre Stärke entdecken und lernen dabei, an sich selbst und ihr Können zu glauben. Gemeinsam trainieren wir mutig für einen achtsamen Umgang miteinander.

Durch Selbstfürsorge streben wir gemeinsam eine unbeschwertere Kindheit in Kindergärten, Schulen und in der Freizeit an, um Mobbing mit Liebe und Achtsamkeit zu begegnen.

## Angst entsteht im Kopf, Stärke auch!

Habe ich dein Interesse geweckt?  
Dann melde dich bei mir.



+49 (0) 170 588 45 96



[marcus.burmeister@hamburg.de](mailto:marcus.burmeister@hamburg.de)



Hamburg - Barmbek

Aktuelle  
StarkeKinder-Trainings:

