

Mit Atem, Körper und Herz: So gelingt Ihre Lesestunde

Vertiefung für Lesementor*innen

Kursnummer 26W300441

Beginn Dienstag, 15.09.2026, 17:00 - 20:00 Uhr

Dauer 1 Termin(e)

Ort VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 209

Dozent Janna Schillinger

Kursentgelt 0,00 €

Wie können Kinder entspannt und motiviert Lesen lernen? In diesem Seminar lernen Sie einfache Atem- und Bewegungsübungen kennen, die Stress abbauen und das Gehirn fürs Lernen öffnen. Zusätzlich vermittelt die Dozentin Ihnen Bausteine für Ihren Stundenaufbau sowie Tipps für eine Lern-Atmosphäre voller Energie und Freude. Damit Lesen nicht Mühe, sondern Abenteuer wird.

Die Dozentin Janna Schillinger ist Diplom Sportwissenschaftlerin und Breath-Coach.

Die kostenfreie Vertiefung richtet sich an ehrenamtliche Lesementor*innen. Um vorherige Anmeldung wird gebeten,

Kurstermine

Datum Uhrzeit Ort

15.09.2026 17:00 - 20:00 Uhr VHS im Bezirksrathaus Mülheim, Raum V 209

[zur Kursdetail-Seite](#)