



LANGSAMES ZEICHNEN AND MINDFUL ART

Entdecken Sie die Kunst des langsamen Zeichnens und lassen Sie Ihrer Kreativität freien Lauf mit unserem achtsamen Kunstkurs. Durch die Konzentration auf den Zeichenprozess und die dabei entstehenden Empfindungen anstelle des Endprodukts können Sie sich entspannen und den Druck, etwas Perfektes zu schaffen, loslassen. Unsere einfachen, sich wiederholenden Muster und langsamen, sanften Rhythmen helfen Ihnen dabei, Ihre Gedanken zu verlangsamen und Ihre Emotionen zu beruhigen, sodass Sie tief entspannen können.

Creativitäts-Coach Beata Sievi wird Sie durch verschiedene Techniken führen, bei denen Werkzeuge wie Fineliner, Brushpens, Aquarellpinsel und sogar Federn verwendet werden, um wunderschöne Kunstwerke zu schaffen. Das Zeichnen mit einer Feder ergänzt eine zusätzliche Ebene der Konzentration und hilft, Ihre Atmung mit Ihrer Zeichnung zu koordinieren, was zu einer meditativeren Erfahrung führt.

Während des Kurses werden wir uns von der Natur inspirieren lassen und die Regelmässigkeit und Vielfalt der Muster erforschen, die auftreten. Sie werden lernen, diese Muster mit einfachen Strichen und in entspannter Art und Weise zu erfassen, was zu überraschenden und angenehmen Ergebnissen führt.

Nehmen Sie an fünf Sitzungen von jeweils 1,5 Stunden teil, zu einem flexiblen Zeitpunkt und Datum, das Ihnen passt, einschließlich Sonntagabenden zu einem Pauschalpreis von 690 CHF inkl. Mindfulart-Set, bestehend aus Papieren, einem kleinen Aquarell-Set und drei Finelinern.
(Der Preis für einzelne Sitzungen beträgt CHF 140, und der Mindfullart-Set kostet CHF 90.)

Der Kurs findet in der gemütlichen Bibliothek von Beata Sievi in Winterthur statt. Verpassen Sie nicht diese Gelegenheit, sich zu entspannen und Ihre Kreativität mit unserem achtsamen Kunstkurs zu entfesseln.

Registration: atelier@beatasievi.ch

