

## Mandalas – selbst gezeichnet

Für Anfänger und Fortgeschrittene jeden Alters.

Nachdem wir einige Musterelemente geübt haben, werden Grundmuster für Mandalas angeboten. Zahlreiche Muster (geometrische und pflanzliche) stehen den Teilnehmerinnen zur Auswahl. Diese können direkt übernommen oder individuell verändert werden (siehe Foto). Durch das Wiederholen einzelner Grundmuster kann während des Zeichnens ein meditativer Zustand der Ruhe und der Ausgeglichenheit entstehen. Mit den ausgegebenen Materialien können die Teilnehmerinnen zu Hause weitere Kunstwerke erstellen. Auch das Ausmalen eines Mandalas kann entspannend und beruhigend wirken.

Es geht nicht um Perfektion. Sie brauchen keine besonderen Fähigkeiten. Es gibt hier kein „Richtig“ und kein „Falsch“! Entdecken Sie, welches kreative Potenzial in Ihnen steckt.

Neben dem Kursentgelt entstehen Kosten für die zeichnerische Erstausrüstung von 10,00 €. Diese werden beim Kursleiter abgerechnet.

Referent: Rudolf B. Wohlgemuth, Kreativitätstrainer, Tel. 04403 916014

Beispiele:

