

KREATIVATELIER AM BODENSEE

KURSPROGRAMM MÄRZ-DEZEMBER

MIT MANUELA WANNER
MALKURSE
LU JONG YOGA UND MEDITATION
BILDERREISEN UND GESCHICHTEN

2021

manuwa
artist
Manuela Wanner

Atelier Manuela Wanner
St. Gallerstrasse 24a
8580 Amriswil / Schweiz
Mobile +41797385590
www.manuwa.ch

manuwa
health
Lu Jong Yoga

INFORMATIONEN

Die Kurse finden regelmässig 1x im Monat statt, momentan sind nur 1 PERSON ODER 1 FAMILIE BIS 4 PERS. PRO KURS ZUGELASSEN – rechtzeitig Platz sichern und anmelden!
Kurse mit Einhaltung der Coronaregeln-informieren Sie sich. Bei Lockerungen mehr Teilnehmer möglich. Versicherung ist Sache des Teilnehmers, Änderungen vorbehalten.

MALKURS FÜR EINSTEIGER/FORTGESCHRITTENE

mit verschiedenen Materialien nach Vorgabe oder frei im Atelier, für Themen
"Wasser" am Ufer des Bodensee oder "Perspektiven" in Stadt St. Gallen
11-13 Uhr und 13.30-15.30 Uhr, Einzel CHF 85,- inkl. Material
p. P. oder CHF 65,- bei mehr als 1 Person

Jeden
2.
SA/Mt.

MALEN MIT ÖL

ab
Mai
2021

Lerne die Grundlagen und die verschiedenen Techniken der Ölmalerei
kennen: Primamalerei, Spachteltechnik, Schichtenmalerei
5x2 Lektionen à 50 min. Freitag ab 14.5./11.6./9.7./6.8./10.9.2021
15-16.40 Uhr Einzel CHF 590.- inkl. Malutensilien,
zzgl. Material (Leinwände) CHF 50.-, CHF 490.- bei mehr als 1 Person

LESEABEND – GESCHICHTEN VERZAUBERN GROSS UND KLEIN

Aus 3-Strichen kreierte ich kleine Zeichnungen und daraus entstehen kurze
Geschichten und Märchen mit magischen Wesen oder etwas, worüber
gesprochen werden möchte.
18-19 Uhr, Eintritt frei

Jeden
2.
FR/Mt.

Folge mir:



Atelier Manuela Wanner
St. Gallerstrasse 24a
8580 Amriswil / Schweiz
Mobile +41797385590
www.manuwa.ch

manuwa
artist
Manuela Wanner

manuwa
health
Lu Jong Yoga



MEDITATION-BILDERREISEN

Jeden
2.
FR/Mt.

Durch völlige Entspannung können Energien im Körper und Geist ungehindert fließen. Durchwandere deinen Körper. Tauche ein vom ersten Pinselstrich bis zur Vollendung des Werkes und sei mittendrin.
12-13 Uhr Einzel CHF 45,- CHF 25,- bei mehr als 1 Person

WORKSHOP GEHMEDITATION UND LU JONG YOGA IN NEUKIRCH AM BODENSEE

Sonntag 11.4./13.6./8.8./10.10./12.12.21 von 14-16 Uhr p. Termin CHF 30,-
Kennenlernen der Lu Jong 5 Elemente-Übungen und Gehmeditation.
Tauche ein in die Welt der Entspannung. Bei Regenwetter findet dieser Workshop in meinem Atelier in Amriswil statt.

Sonn-
tag

PERSÖNLICHE MEDITATION PER TELEFON

Termin
nach
Ab-
sprache

Eine telefonische Privatmeditation gerade in dieser isolierten Zeit wirkt wohltuend, beruhigend und belebend auf Körper und Geist. Ich leite dich durch deine persönliche Meditationsreise und rege dadurch deine tiefere Wahrnehmung an. Schicke mir ein schönes Foto im Voraus, wenn du visuellen Halt benötigst. Ca. 45 min. CHF 65,- im Voraus per PayPal

KURS TIBETISCHES HEILYOGA LU JONG

Durch Atmung, Position und leichte Bewegungen werden Meridiane, Reflexzonen, Akupunkturpunkte mittels Druck und Dehnung angeregt.
18-19.30 Uhr, Einzel CHF 45,- CHF 25,- bei mehr als 1 Person
leichte bequeme Kleider, Mitnahme eigener Matte und Kissen erwünscht,
Garderobe vorhanden

Jeden
1.
MO/Mt.

Folge mir:



Atelier Manuela Wanner
St. Gallerstrasse 24a
8580 Amriswil / Schweiz
Mobile +41797385590
www.manuwa.ch

manuwa
artist
Manuela Wanner

manuwa
health
Lu Jong Yoga