



**Auszeit – Kreativ
mit Farbe und Klang entspannen**

- Termin:** 06.04. – 08.04.2018
- Kosten:** € 220 pro Person
inkl. Vollpension
im Zweibettzimmer
und Material für zwei
Bilder
- Referent:** Svenja Deller,
Heilpraktikerin für
Psychotherapie (HPG)
- Organisation:** Simone Deubel

Alle Seminarprogramme finden Sie auch zum
Download unter:

www.seminarhaus-grainau.de

**Anfahrtsbeschreibung zum
Seminarhaus Grainau**

Mit dem Auto:

Autobahn A95 München Garmisch, von dort B23 nach Grainau, am Schild "Grainau/ Eibsee/Zugspitze" biegen Sie links ab, folgen dann der Loisachstraße und biegen nach links in den Unteren Dorfplatz (Richtung Kurverwallung) ein. Nehmen Sie nun die zweite Straße links, nach 100 m auf der rechten Seite finden Sie das Seminarhaus Grainau. Die zweite Hofeinfahrt führt direkt zu unserer Villa Wetterstein. Folgen Sie auch der Beschilderung "Jungbauernschule".

Mit der Bahn:

Vom Bahnhof Garmisch-Partenkirchen nehmen Sie den Eibseebus nach Grainau/Haltestelle "Unterer Dorfplatz" (Fahrzeit ca. 30 min). Von dort Richtung Kapelle und die nächste links in die Alpspitzstraße abbiegen. (Gehzeit 2min).

Oder Sie nehmen von Garmisch-Partenkirchen die Zugspitzbahn und steigen am Zugspitzbahnhof Grainau aus. Nun links die Waxensteinstraße entlang und rechts in die Alpspitzstraße einbiegen (Gehzeit ca. 7 min).



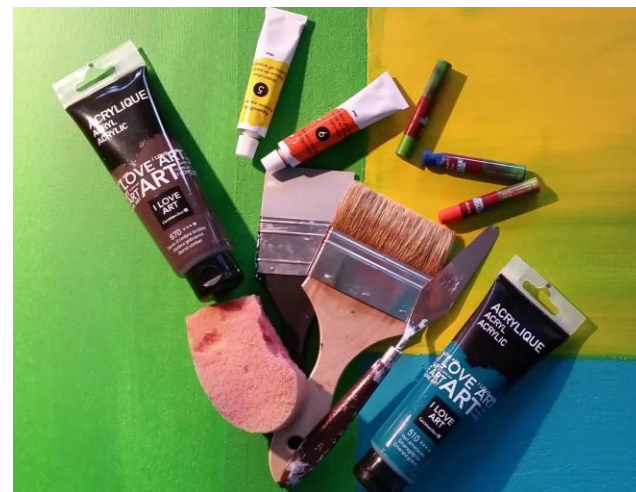
Anschrift

Seminarhaus Grainau Jungbauernschule e.V.
Alpspitzstr. 6, 82491 Grainau
Tel. 08821/9669760
Fax 08821/8443



**Auszeit - Kreativ
mit Farbe und Klang entspannen**

06.04.-08.04.2018



Anmeldeformular

Hiermit melde ich mich verbindlich zur Veranstaltung
„Auszeit - Kreativ“
vom **06.04.-08.04.2018** an:

Name

Vorname

Geburtsdatum

Straße

PLZ, Ort

Telefon/Fax

E-Mail

Anmeldeschluss 26.03.2018

Bei zu geringer Teilnehmerzahl behalten wir uns eine Absage bis etwa 10 Tage vor Veranstaltungsbeginn vor.
Mit Ihrer Unterschrift bestätigen Sie auch unsere AGB und Stornobedingungen. Siehe www.jungbauernschule.de.

Seminarkosten: € 220 inkl. Vollpension im Zweibettzimmer und Material für zwei Bilder

- Ich möchte ein EZ (Zuschlag € 13/Nacht - je nach Verfügbarkeit).
- Fotos von mir, die während des Seminars entstanden sind, dürfen in den Print- und Onlinemedien des Seminarhaus Grainau veröffentlicht werden.
- Ich werde die Seminargebühr nach Erhalt der Rechnung auf eines der beiden angegebenen Konten mit Angabe der Rechnungsnummer überweisen.
- Ich wünsche eine Abbuchung mittels Lastschrift. Das Formular erhalte ich mit der Anmeldebestätigung.

Ort, Datum Unterschrift

Bankkonten Jungbauernschule:

Kreissparkasse Garmisch-Partenkirchen:
IBAN DE68 7035 0000 0000 0559 88 BIC BYLADEM1GAP
VR-Bank Werdenfels eG:
IBAN DE64 7039 0000 0000 5003 99 BIC GENODEF1GAP



Auszeit - Kreativ mit Farben und Klang entspannen 06.04.-08.04.2018

Kreativität hilft uns, unseren Parasympathikus zu aktivieren und somit zur Ruhe zu kommen.
Egal ob Sie bereits ein kreatives Hobby verfolgen oder ob Sie noch auf der Suche nach der passenden, kreativen Entspannung sind, hier sind Sie richtig!

An diesem Wochenende werden wir mit Acryl auf Leinwand malen, erleben welche kreativen Impulse uns die Natur liefert und lernen unsere Sinne besser kennen.

Farben und Klänge unterstützen die Entspannung, ziehen unseren Fokus auf sich, schärfen unsere Aufmerksamkeit und beruhigen unseren Geist.

Sammeln Sie neue Kraft und kreative Ideen an einem (ent-)spannenden Wochenende!

Bitte mitbringen:
Alte Kleidung zum Malen, eine alte Decke/Plane als Unterlage zum Malen und Sitzen auf der Wiese, einen Rucksack und eine Trinkflasche.

Programmablauf (Änderungen vorbehalten)

Freitag, 06.04.2018

bis 17:30	Anreise
18:00	Abendessen
19:00	Begrüßung, Kennenlernen Was erwartet uns? Entspannter Start ins Wochenende

Samstag, 07.04.2018

8:00	Frühstücksbuffet
9:00	Einführung in die Farben-Kunde Kennenlernen der verschiedenen Mal-Utensilien/-Techniken Wie wähle ich die Farben? Intuitives Malen
12.00	Mittagessen
14.00	Kreative Impulse in der Natur
Nachmittag	Kaffeepause
18.00	Abendessen
19.00	Klangreise

Sonntag, 08.04.2018

8:00	Frühstücksbuffet
9:00	Fokuswechsel in der Natur erleben Intuitives Malen und Gestalten
11:30	Seminarauswertung
12:00	Mittagessen, Abreise

Seminarkosten: € 220
inkl. Vollverpflegung im Zweibettzimmer und Material für zwei Bilder.

Einzelzimmer begrenzt vorhanden - bitte vorher reservieren; Zuschlag € 13/Nacht / je nach Verfügbarkeit.