



Selbstbild **NEU**

Dein eigenes Portrait

Welches Bild machst du dir von dir selbst? In einem 30-minütigen Einstieg in «Bewusstheit durch Bewegung» nach der Feldenkrais-Methode tauchst du in einen inneren Prozess ein, der dich mit einer sensorischen Art des Lernens vertraut macht. Durch Vorstellungskraft und kleine, sanfte Bewegungen erkundest du spielerisch, wie deine Aufmerksamkeit Veränderungen bewirkt und deine Möglichkeiten erweitern kann. Wie beeinflusst deine Körperwahrnehmung dein Gestalten auf Papier?

JGDL. | ERW.

**ZEICHNEN**

**KURSDetails**

**Termine**

11.11. | 18.11. | 25.11. | 2.12. |  
9.12.2025

**Zeit**

18-21 Uhr

**Ort**

Kunstschule Liechtenstein  
Labor

**Mitzubringen**

Malhemd

**Voraussetzungen**

Für Einsteiger:innen sowie  
Fortgeschrittene.

**Kosten**

CHF 340.00 inkl. Grundmaterial

**Ermässigung**

Jugendliche unter 18 und Senioren ab 65  
Jahren erhalten eine Preisermässigung  
von 25%.

**Leitung**

Heike Brunner

Die Anmeldung zu unseren Kursangeboten  
kann über unsere Website, per E-Mail  
oder telefonisch erfolgen.

Mit erfolgter Anmeldung gelten unsere  
AGB, welche unter [www.kunstschule.li](http://www.kunstschule.li)  
abrufbar sind, als akzeptiert.

**Kunstschule Liechtenstein**  
Churerstrasse 60  
9485 Nendeln  
Fürstentum Liechtenstein  
+423 375 05 05  
[office@kunstschule.li](mailto:office@kunstschule.li)  
[www.kunstschule.li](http://www.kunstschule.li)

**ku<sup>net</sup>  
schule**  
liechtenstein