## 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 bewirken und deine Möglichkeiten erweitern kann. Wie beeinflusst deine Körperwahrnehmung dein Gestalten auf Papier?

# JGDL.|ERW.

## ZEICHNEN

### KURSDETAILS

**Termine**
3.3. | 10.3. | 17.3. | 24.3. | 31.3.2026

**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 abrufbar sind, als akzeptiert.**

**Kunstschule Liechtenstein**
Churerstrasse 60
9485 Nendeln
Fürstentum Liechtenstein
+423 375 05 05
office@kunstschule.li
www.kunstschule.li