

Event ohne Übernachtung

## Entspannung & kreatives Malen für Teams

Ein inspirierender Workshop: Sanfte Klangentspannung mit Klangschalen und Trommeln, gefolgt von einer kreativen Mal-Session. Fördern Sie Achtsamkeit...



### Programm-Idee

Dieses Teamevent verbindet Entspannung mit kreativer Entfaltung - perfekt, um den Mitarbeitenden eine Auszeit vom Arbeitsalltag zu schenken. Die Klangentspannung löst Stress und fördert innere Ruhe, während das anschließende Malen die Kreativität anregt und die persönliche Achtsamkeit stärkt. So entsteht ein Erlebnis, das Wohlbefinden und Resilienz fördert und die Teamdynamik positiv beeinflusst.

Paket-Nummer: 0528714

Region: 📍 Mehrere Orte

Verfügbarkeit: 📅 ganzjährig

Teilnehmer: 👤 15 - 30 Teilnehmer

Dauer: 🕒 3 Stunden

Mögliche Sprachen: 🌐 Deutsch

Preis kein MwSt. -Ausweis: 💰 ab 75,00 € p.P.

## Event ohne Übernachtung

# Entspannung & kreatives Malen für Teams

Ein inspirierender Workshop: Sanfte Klangentspannung mit Klangschalen und Trommeln, gefolgt von einer kreativen Mal-Session. Fördern Sie Achtsamkeit...

## Beschreibung

So läuft das Event ab:

Das Event beginnt mit einer geführten Klangentspannung, die den Mitarbeitenden hilft, den Alltagsstress abzubauen und innere Ruhe zu finden. Anschließend folgen eine Einführung in einfache Maltechniken und das freie kreative Gestalten eigener Kunstwerke - ganz ohne Leistungsdruck. Dabei steht die persönliche Achtsamkeit im Fokus, während die kreative Entfaltung neue Energie und Inspiration schenkt.

Ihr Nutzen auf einen Blick:

- \* Stressreduktion & innere Ruhe: Die Klangentspannung fördert Entspannung und mentale Klarheit.
- \* Kreativität & Achtsamkeit: Das Malen regt die Sinne an und stärkt das bewusste Wahrnehmen.
- \* Teamfördernd: Gemeinsame Erlebnisse schaffen Verbundenheit und verbessern die Zusammenarbeit.
- \* Individuell & ohne Vorkenntnisse: Jede\*r kann teilnehmen und eigene Stärken entdecken.
- \* Nachhaltiger Effekt: Impulse für mehr Achtsamkeit und Resilienz im Berufsalltag begleiten Ihre Mitarbeitenden lange über das Event hinaus.

Das erwartet Sie:

- Dauer: ca. 3 Stunden
- Geeignet ab 15 Personen, ideal für kleine und mittlere Teams
- Inklusive aller Materialien und Betreuung
- Keine Vorkenntnisse nötig - der Fokus liegt auf Wohlfühlen und kreativem Ausdruck
- Flexibel durchführbar vor Ort
- Nachhaltige Stärkung von Gesundheit, Kreativität und Teamgeist

\* Workshops können auch parallel stattfinden, um größere Gruppen zu erreichen

## Wichtige Hinweise

Mindestteilnehmerzahl: 15 Personen

Die Location befindet sich zentral in Berlin-Mitte oder zentral in Kassel. Alternativ komme ich auch gerne zu euch nach Hause.

Für Events die nicht in Berlin oder Kassel stattfinden, bitte 3 Wochen vorher anfragen. Die Fahrtkosten müssen in diesem Fall übernommen werden.

## Leistungen inkl.

- Die komplette Materialausstattung  
(Leinwand, Farben, Pinsel, Schürze, Tischdecken etc.)
- Anleitung durch Künstlerin  
Erhält professionelle Tipps und Unterstützung, um einzigartige abstrakte Kunstwerke zu schaffen - ganz ohne Vorkenntnisse.

Event ohne Übernachtung

## Entspannung & kreatives Malen für Teams

Ein inspirierender Workshop: Sanfte Klangentspannung mit Klangschalen und Trommeln, gefolgt von einer kreativen Mal-Session. Fördern Sie Achtsamkeit...

**Wie Sie in 3 Schritten ein individuelles Angebot für diese Programm-Idee kostenfrei anfordern und offene Fragen klären können**

**www.hirschfeld.de - Paket-Nr. 0528714**



**1**



Gehen Sie zu [www.hirschfeld.de](https://www.hirschfeld.de)

**2**



Geben Sie im Suchschlitz oben rechts die Paket-Nr. ein.

**3**



Folgen Sie dem Schalter „Termin und Preis unverbindlich anfragen“