

C2375 Malen und Meditation Die Suche nach dem eigenen Weg

Beginn	Samstag, 13.12.2025, 10:00 - 17:00 Uhr
Kursgebühr	70,00 €
Dauer	1 Termin
Kursleitung	Sigrun Bischoff
Kursort	UF, vhs, V1.3, Atelier, Am Bahnhof 13, 85774 Unterföhring

In diesem Kurs entstehen ungeplante Bilder aus Spaß an den Farben, aus Freude am Pinseln, Wischen, Spachteln, Rollen, Kratzen, Übermalen. Alles ist möglich. Durch angeleitete Meditationen gelangen Sie in einen schöpferischen Prozess und das Bild entwickelt seine eigene Dynamik - es entstehen Formen und Farben, mit denen Sie in einen inneren Dialog treten. Beim Malen trennen Sie sich von Unwichtigem und folgen dem, was langsam Gestalt annimmt, ohne zu bewerten, zu interpretieren und zu analysieren, ohne zu deuten.

Die Dozentin Sigrun Bischoff ist Akademische Malerin, Kunsttherapeutin und Meditationslehrerin und begleitet Sie, Ihrer Intuition zu folgen. Kursgebühr zzgl. Materialkosten EUR 15,00 (an die Kursleiterin zu entrichten). Bitte mitbringen: eine leichte Decke, bequeme Kleidung und, wenn vorhanden, eine eigene Yogamatte.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
13.12.2025	10:00 - 17:00 Uhr	Unterföhring, vhs-Zentrum, Atelier, V1.3

[zur Kursdetail-Seite](#)