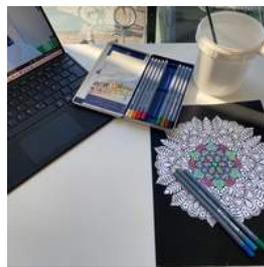


Online-Event

Online Mandala Workshop

Eine kreative und entspannende Auszeit im Team



Programm-Idee

Nimmt der Meetingwahn Sinn, das volle Postfach und die unendlichen ToDo-Listen überhand? Dann solltest Du unbedingt mal ein Mandala ausmalen! Wusstest Du, dass Du beim Ausmalen eines Mandalas in einen meditativen Flow-Zustand geraten kannst? Wir nehmen Dich und Dein Team an die Hand und führen Euch durch eine entspannende Auszeit. - Online - inkl. Materialversand - professionelle Anleitung

Paket-Nummer: 0526094

Region:	📍	Mehrere Orte
Verfügbarkeit:	📅	ganzjährig
Teilnehmer:	👤	6 - 40 Teilnehmer
Dauer:	🕒	1 Stunde
Mögliche Sprachen:	🌐	Deutsch, Englisch, Spanisch, Russisch
Preis inkl. MwSt:	💰	ab 400,00 € pauschal + Aufschlag p.P.

Online-Event

Online Mandala Workshop

Eine kreative und entspannende Auszeit im Team

Beschreibung

Ein Mandala ist ein traditionelles geometrisches Muster, das oft den Kosmos symbolisiert. Das Ausmalen hat nachweislich positive Effekte auf Körper und Geist: Es fördert Kreativität und Konzentration, wirkt beruhigend und hilft beim Stressabbau. Die regelmäßigen Muster unterstützen Dich dabei, Dich voll und ganz auf das Hier und Jetzt zu konzentrieren.

Was Dich in unserem Mandala Online Workshop erwartet:

Geführte Entspannung:

Unsere Künstler und Workshopleiter starten mit einer Entspannungsübung, leiten Euch Schritt für Schritt durch den Ausmalprozess und geben Tipps, um die Farben und Formen individuell zu gestalten.

Materialpaket für die Gruppe:

Wir senden alle Materialien, die Ihr benötigt, zu Euch ins Büro.

Flexible Teilnahme:

Der Workshop ist ideal für Teams an verschiedenen Standorten und fördert das Gemeinschaftsgefühl - ganz unabhängig vom Ort.

Nachhaltiger Effekt:

Wir verraten Euch kreative Entspannungsmethoden, die Ihr im Alltag umsetzen könnt. Und das ausgemalte Mandala dient als positive Erinnerung an die entspannte Auszeit mit dem Team.

Dein Benefit:

- schneller Entspannungseffekt
- einfache Methode für den Alltag
- für alle geeignet
- Materialkit zum Mitnehmen inklusive

Schenkt Eurem Team Zeit zum Abschalten und entdeckt neue kreative Potenziale!

Technik

- | | | |
|---|---|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> Die meisten Plattformen | <input type="checkbox"/> Mobile Phone | <input type="checkbox"/> PC |
| <input type="checkbox"/> Android | <input type="checkbox"/> IOS | <input checked="" type="checkbox"/> Windows |
| <input type="checkbox"/> Linux | <input type="checkbox"/> MacOS | <input checked="" type="checkbox"/> Zoom |
| <input checked="" type="checkbox"/> MS Teams | <input type="checkbox"/> Cisco WebEx | <input type="checkbox"/> EventMobi |
| <input checked="" type="checkbox"/> Google Meet | <input type="checkbox"/> Hopin | <input type="checkbox"/> Plazz |
| <input type="checkbox"/> Wonder | <input type="checkbox"/> Download notwendig | <input checked="" type="checkbox"/> Download nicht notwendig |

Service

- | | | |
|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> CO2 ausweisbar | <input type="checkbox"/> CO2 Kompensation | <input checked="" type="checkbox"/> mit Moderator |
| <input type="checkbox"/> ohne Moderator | <input type="checkbox"/> eigener Moderator | <input type="checkbox"/> kein Support |
| <input checked="" type="checkbox"/> mit Support | <input type="checkbox"/> ohne Warenversand | <input checked="" type="checkbox"/> mit Warenversand |

Interaktion

- | | | |
|---|--|--|
| <input checked="" type="checkbox"/> niedriges Level | <input type="checkbox"/> mittleres Level | <input type="checkbox"/> hohes Level |
| <input checked="" type="checkbox"/> jeder für sich | <input checked="" type="checkbox"/> in Teams | <input type="checkbox"/> alle zusammen |

Empfohlene Browser

Die Angaben beziehen sich auf die jeweils aktuellste Version des Browsers. Frühere Versionen können ebenfalls funktionsfähig sein. Wir empfehlen, das vorher mit dem Anbieter abzustimmen.

- | | | |
|--|---|---|
| <input checked="" type="checkbox"/> Apple Safari | <input type="checkbox"/> Brave | <input checked="" type="checkbox"/> Google Chrome |
| <input checked="" type="checkbox"/> Microsoft Edge | <input checked="" type="checkbox"/> Microsoft Internet Explorer | <input checked="" type="checkbox"/> Mozilla Firefox |
| <input type="checkbox"/> Opera | <input type="checkbox"/> Tor Browser | <input type="checkbox"/> Vivaldi |

Online-Event

Online Mandala Workshop

Eine kreative und entspannende Auszeit im Team

Anbieter-Bewertungen

23 abgegebene Bewertungen	★★★★★	4.88 von 5 Sternen
Preis/Leistungsverhältnis:	★★★★★	4.61 von 5 Sternen
Vollständigkeit der Leistungen:	★★★★★	4.87 von 5 Sternen
Freundlichkeit des Personals:	★★★★★	5.00 von 5 Sternen
Zutreffen der Beschreibung:	★★★★★	5.00 von 5 Sternen
Erwartungen erfüllt?	★★★★★	4.87 von 5 Sternen
Persönliches Engagement:	★★★★★	4.96 von 5 Sternen

Wichtige Hinweise

Das Event findet Online statt.

Ihr benötigt eine ruhige Atmosphäre (z.B. einen ruhiger Besprechungsraum), stabile Internetverbindung und jeweils einen Becher mit Wasser.

Leistungen inkl.

- **Professionelle Anleitung**
Unser Künstler (mit Qualifikation im Bereich Stressmanagement oder Kunsttherapie) führt Dich und Deine Gruppe durch den Prozess.
- **Einführung in die Welt der kreativen Entspannungsmethoden**
Wir erklären Dir und Deinem Team, warum und wie die kreativen Entspannungsmethoden auf neurologischer Ebene wirken.
- **Entspannungsübung**
Zum Ankommen leiten wir eine kurze Atemübung/ Meditation ein.
- **Materialversand**
Vorab versenden wir ein gebündeltes Paket für Dich und Dein Team. Jeder Teilnehmer erhält ein eigenes Set mit Aquarellstiften, einen Rundpinsel, sowie ein Mandala auf hochwertigem Aquarellpapier. All das können die Teilnehmer behalten.

Online-Event

Online Mandala Workshop

Eine kreative und entspannende Auszeit im Team

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

www.hirschfeld.de - Paket-Nr. 0526094

