

Vom 28. Juli bis 03. August 2024
Sommerworkshop im Allgäu
Bildhauerei und Yoga



Vom So. 28. Juli bis Sa. 03. August 2024 biete ich im schönen Allgäu einen Steinbildhauer- und Yogakurs an. Dieser findet in ‚Ottos Auszeit‘, einem 300 Jahre alten, ehemaligen Bauernhof statt, der in den letzten Jahren liebevoll restauriert wurde. Er liegt auf knapp 1150 Meter Höhe oberhalb Wertach im Allgäu. Vom Haus aus hat man eine herrliche Sicht auf den Allgäuer Hauptkamm.

Es stehen vier Zweibettzimmer zu Verfügung.

www.ottosauszeit.de

Damit wir in Ruhe Yoga ausüben und unsere Steine behauen können, wird uns eine liebe Küchenfee zur Seite stehen und für unser leibliches Wohl sorgen. Dies kann noch durch Wandern über die Höhe oder einer Erfrischung im Badensee ergänzt werden. Auch ein Lagerfeuer ist eingeplant.

Die Bildhauergruppe besteht aus maximal 9 Personen, so ist für alle genügend Zeit und Raum vorhanden. Der Workshop ist sowohl für Einsteiger als auch für Geübte geeignet. Ein Kopf, eine Tierfigur oder eine abstrakte Form kann ganz nach eigenen Vorstellungen, nach Zeichnungen, einem kleinen Tonmodell oder nach Fotos entwickelt werden. Die gestalterischen Möglichkeiten sind vielfältig. Ich werde Sie in der Ausführung handwerklich und künstlerisch begleiten. Der Udefanger Sandstein, den ich in handlichen Größen anbiete, hat eine homogene Struktur und lässt sich gut bearbeiten. Arbeitsböcke und Werkzeug sind vorhanden.

Die Yogalehrerin Martina vermittelt uns ein Yoga, das uns hilft in Kontakt mit unserem Körper und unseren Bedürfnissen zu kommen, so dass wir lernen, aufmerksam und achtsam mit uns selbst umzugehen und dies in unserem Alltag mit all seinen Herausforderungen zu übertragen. In dieser Woche bringt Yoga auch den nötigen Ausgleich zum Bildhauen, indem wir den ganzen Körper bewegen und lockern. Die Übungen werden von Martina an die Bedürfnisse der Teilnehmenden angepasst, damit die Wirkung einer Übung erfahrbar wird. Zum Ende der Yogastunde nehmen wir uns Zeit für Entspannung, eine kleine Meditation und Stille. Mit Freude an der Bewegung lässt sich Yoga leicht erlernen und immer weiter entwickeln. Durch ein Üben im Rhythmus mit der Atmung verbinden sich die Übungen zu einer fließenden Sequenz und wir können die Einheit von Körper, Geist und Seele genießen.

Infos: www.yogaimpuls.de

Ich selbst bin freiberuflich als Bildhauerin tätig. Auf www.bildhauer-weskott.de können Sie mehr über mich und meine Arbeit erfahren. Der Bildhauer- und Yoga-Sommerkurs kostet 820 Euro inklusiv ÜN und Verpflegung. Ermäßigung ohne ÜN. Die Steine kosten zwischen 20 und 45 Euro.

Die Anmeldung erfolgt über Mail.

Email: sw@bildhauer-weskott.de

mobil 0157 – 54326138

Für Fragen stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung!

Ihre/Eure Stefanie Weskott