



# YOGA & PAINT FIRMENEVENT



## **YOGA & PAINT: UNITING TEAMS THROUGH BALANCE & CREATIVITY**

**Bucht euer individuelles Yoga & Paint Firmenevent mit YAVO!**

Erlebt als Gruppe die perfekte Mischung aus körperlicher Aktivität, Entspannung und Kreativität. Lasst gemeinsam den Arbeitsalltag für ein paar Stunden hinter euch und stärkt euer Teamgefühl, wachst als Gruppe zusammen und sorgt für mehr Spaß, Gelassenheit und positive Stimmung im Team.



## Zum Event

Professionelle Künstler\*innen und ausgebildete Yogalehrer\*innen leiten euch durch das Event, das sowohl für Anfänger\*innen als auch Fortgeschrittene im Yoga und Malen geeignet ist. Hinterher könnt ihr nicht nur die positive Stimmung, sondern auch euer Kunstwerk als Erinnerung mit nach Hause nehmen.



## Warum Yoga & Paint?

- ✓ Wertvolle Teammomente
- ✓ Stressreduktion
- ✓ Auszeit aus dem Arbeitsalltag
- ✓ Stärkung der mentalen und physischen Gesundheit
- ✓ Teambuilding in entspanntem Umfeld
- ✓ Anregung der Kreativität & Out of the box thinking

# Ablauf

---

3h



geführte meditation.



Wir starten das Event mit einer beruhigenden Meditation, die Körper und Geist entspannt und auf das folgende Yoga vorbereitet. Die Meditation hilft, den Stress des Alltags loszulassen und sich vollständig auf das Hier und Jetzt zu konzentrieren.

yoga.



Unser Yoga-Teil ist für alle Erfahrungsstufen geeignet - egal, ob Anfänger\*innen oder Fortgeschrittene. Die Yoga-Einheit dient dazu, den Körper zu bewegen, zu entspannen, und auf die anschließende kreative Mal-session vorzubereiten.

malen mit acrylfarbe.



Anschließend tauchen wir in die Welt der Farben ein! Unter Anleitung entdeckt ihr eure kreative Seite, indem jede\*r ein eigenes Kunstwerk mit Acrylfarbe schafft. Es geht nicht um Perfektion, sondern darum, der Kreativität freien Lauf zu lassen und etwas Einzigartiges zu schaffen.

# FAQ

---



## Dauer

3 Stunden

Anpassung auf Anfrage möglich



## Orte

- Hamburg und Umgebung
- NRW
- Andere Städte auf Anfrage



## Veranstaltungslocation

- In unserem Partner-Yogastudio in eurer Stadt
- In eurem Büro
- In eurer Veranstaltungslocation



## Gruppengröße

1 - 40 Personen



## Buchung

Mind. 3 Wochen im Voraus.

Bei kurzfristigen Anfragen schauen wir individuell, ob es umsetzbar ist.



## Dresscode

Sportkleidung, die im Zweifel auch mal einen Fleck abbekommen darf.

Anpassung des Events auf Businesskleidung möglich.



## Maltechnik

Wir malen normalerweise abstrakte Bilder. Auf Wunsch können wir euch im Vorhinein verschiedene Techniken zur Auswahl mit Beispielbildern zusenden.



## Preis

1 - 14 Personen: Pauschal 690 €  
Ab 15 Personen: 59 € pro Person

Enthält: Angeleitete Yoga-Einheit, Meditation und Malsession durch eine\*n ausgebildete\*n Yogalehrer\*in und eine\*n professionelle\*n Künstler\*in, Leinwände, Acrylfarben, Nutzung unserer Yogamatten

# Wünsche



## Ihr habt individuelle Wünsche in Bezug auf das Event?

Ihr habt Businesskleidung an und wollt das Event nicht in Sportkleidung machen?

Ihr wollt nur Malen und ein paar Lockerungsübungen gegen das viele Sitzen machen, anstatt einer ganzen Yoga-Einheit?

Ihr möchtet den Fokus auf Stressreduktion, Team-Building oder die mentale Gesundheit im Team legen?

**Kein Problem. Lasst uns einfach wissen, welche besonderen Wünsche ihr habt.**


***Teamevent anfragen unter:***

✉ [hello@yavo.yoga.art.de](mailto:hello@yavo.yoga.art.de)

🌐 [www.yavo-yoga-art.de/firmenevents](http://www.yavo-yoga-art.de/firmenevents)

☎ +49 15788 062052

# LET'S CREATE & UNWIND TOGETHER

 +49 15788 062052

 [hello@yavo.yoga.art.de](mailto:hello@yavo.yoga.art.de)

 [@yavo.yoga.art](https://www.instagram.com/yavo.yoga.art)

---

YAVO