

# KRAFTFIGUREN

## Aus Holz und Naturmaterial

17.1.26, 16.00 – 19.00 Uhr  
mit der Holzfreundin

Zu Beginn des neuen Jahres laden wir dich ein, dir deiner Ressourcen bewusst zu werden und den Fokus auf deine Wünsche und Vorstellungen auszurichten. Aus Fundholz, Ästen und Naturmaterialien entsteht Schritt für Schritt eine individuelle Skulptur.

Im ersten Teil des Workshops steht das handwerkliche Arbeiten im Vordergrund: Sägen, Schleifen, Formen und Verbinden von Holz. Dabei wird die Kraftfigur zunächst als klarer, reduzierter Körper erarbeitet. Im zweiten Schritt entwickeln wir spielerisch eine individuelle visuelle Symbolik für deine Kraftfigur. Mit Naturmaterialien wie Muscheln, Lederbändern, Blütenknospen, Blütenständen, Samen oder anderen Fundstücken sowie auf Wunsch auch bunten Perlen, Bändern, wird die Figur ausgestattet. Die Materialien können symbolisch für Wünsche, Qualitäten oder Themen stehen, die dich begleiten und an deine innere Kraft erinnern.

Der Workshop verbindet: handwerkliche Techniken der Holzbearbeitung, intuitives, freies Gestalten, Naturverbundenheit und Achtsamkeit, Reflexion individueller Ressourcen und spielerische Kreativität. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Der Prozess steht im Mittelpunkt – jede Kraftfigur ist einzigartig und Ausdruck der eigenen inneren Haltung. Am Ende nimmst du eine selbst geschaffene Kraftfigur mit nach Hause: als Skulptur, als Symbol und als persönlicher Begleiter für Zukünftiges.

Ein Materialbeitrag von 8€ wird am Workshopabend erhoben

