



Schmiede dein Glück!

Therapeutisches Schmieden für alle Interessierten und als Fortbildung für Atem- und Körpertherapeut:innen

An diesem Wochenende sind alle Interessierten, sowie Kolleg:innen der Atem- und Körpertherapie herzlich zu einer neuen Erfahrung eingeladen. Freitag/Samstag steht dabei die Freude am handwerklichen Tun, am Kontakt mit dem urtümlichen Schmiedehandwerk im Vordergrund. Am Sonntag gibt es darüber hinaus die Möglichkeit zur Reflexion der Erfahrung.

In der Schmiede geht es los: Wir schüren das Feuer, machen uns mit Hammer und Amboss vertraut, lernen die wichtigsten Handgriffe sowie einige grundlegende Schmiedetechniken und gehen damit an die Arbeit. Wir stehen am Feuer, bringen das Eisen zur Weißglut und lassen die Funken sprühen. Wir üben uns im Zuschlagen, treiben das Eisen auf die Spitze, haben vielleicht auch mal zwei Eisen im Feuer und spielen mit den verschiedenen Möglichkeiten. Dabei formen und gestalten wir ein eigenes Werkstück, dass am Kursende mitgenommen wird.

Zwischendrin gibt es Zeit sich mit Hilfe von Atem- und Körperübungen zu lockern, zu erden und zu zentrieren. Wir betrachten das Geschaffene in Ruhe und reflektieren die entstandene Arbeit. Vielleicht lässt sich aus dem kreativen Tun eine alltagstaugliche Erfahrung ableiten?

So beschreiten wir im Schmieden neue Wege und schmieden aktiv an unserem Glück! Neugierig...?

Einfach anmelden. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte Arbeitskleidung (Oberbekleidung Baumwolle) und feste Schuhe mitbringen, weitere Schutzkleidung wird gestellt.

Als Atem- und Körpertherapeutin habe ich mich von 2006-2009 bei Sigurd Lucht im Therapeutischen Schmieden weitergebildet. Seit 2010 biete ich eigene Schmiedekurse an und seit 2013 bin ich als freie Mitarbeiterin auf dem Kinderabenteuerhof in der Schmiede tätig. Neben der Freude an dem traditionellen Handwerk begeistert mich der therapeutische Wert der Erfahrungen in der Schmiede.



- Datum: **24. bis 26. Oktober 2025**
Freitag, 18:00 bis 21:00 Uhr, Samstag, 9:30 bis 18:30 Uhr mit Pausen
Kursteil in der Schmiede für alle Interessierten: 10 Stunden 220 €
Sonntag, 9:30 bis 12:30 Uhr
Theorie und Erfahrungen des Therapeutischen Schmiedens: 3 Stunden 60 €
- Kursgebühr: 220 € (Fr/Sa) oder 280 € (Fr - So)
Der Kurs/die Fortbildung umfasst insgesamt 10/13 Stunden à 60 Minuten.
- Ort: Die Schmiede auf dem Kinderabenteuerhof Freiburg und der Raum für Atem und Yoga, Lise-Meitner-Str. 14, 79100 Freiburg
- Leitung: Kirsten Sander; Yogalehrerin, Atem- und Körperpsychotherapie BV-ATEM®/ DGK/EABP, Therapeutisches Schmieden
- Anmeldung: Anmeldung unter sander@zfakt.de oder telefonisch 0761 88793575