

Materialliste



Farben der Heilung

Online-Kurs



Hier findest Du die erste Auswahl an benötigten Materialien während des Kurses.
Bitte schaue selber, welche Label* Du kaufst und welche in Dein Budget passen. Ein bestimmtes Label ist nicht notwendig, um Deine Ideen umzusetzen.
Oft werden auch Sets angeboten, diese sind gerade für den Einstieg wundervoll.

Wenn Du weniger in hochwertige Farben und Leinwände investieren möchtest, dann findest Du sicher schöne Alternativen, wie schweres Papier, Holzzuschnitte aus dem Baumarkt, Abtönfarbe (ich habe so auch mal angefangen. :-)), alte Bilder, die Du übermalen kannst, etc.

4 Leinwände Deiner Wahl

Ich liebe eine Größe von mind. 60 cm aufwärts, um sich richtig austoben zu können. Es gehen aber auch kleinere Formate. Du kannst Dir auch immer erst die Kreativ-Videos anschauen und Dich dann entscheiden, was Du besorgen möchtest.

Papier für Acrylfarben

oder anderes festes Papier (mind. 250 g) in Deiner gewünschten Größe, ich empfehle zwei Größen zur Auswahl zu haben.

Eine Auswahl an Pinseln für Acrylfarben

Schmale und feine Pinsel, breite Pinsel

Acrylfarben

Ich empfehle für den Anfang vor allem folgende Basisfarben: Weiß (Titanweiß), Schwarz, Blau, Grün, Rot, Gelb - weitere Farben Deiner Wahl.

Eine kleine Menge Gold oder Silber für Highlights.

Malpalette für die Farben.

Ich nutze oft altes Porzellan oder eine Metallschale, in der ich Farben auch mit Wasser flüssiger gestalten kann, ohne das mir Wasser von der Palette läuft.

Ein Gefäß für Wasser.

Alles was sich zum Stempeln eignet:

alte Deckel, Stäbe, Kartoffeln, Bläschenfolie

Ein altes Tuch oder ein Stück Stoff

zum Abwischen von Farben und Händen.

* Ich liebe die Farben von den Firmen Golden (exklusiv und sehr hochwertig) und Lasceaux.
Außerdem finde ich für den Anfang die Farben der Firma Lukas (Künstler-Acrylfarben) sehr schön.
Schau einfach, was in Dein Budget passt. Farben von anderen Firmen sind auch wunderbar; teste einfach aus, welche Farben für Dich schön sind.



Wassersprühflasche (Blumensprühflasche)

oder eine leere Flasche mit einem Pump-Sprüher. Bitte beachte, dass das Wasser sauber sein sollte und keine Reste von anderen Flüssigkeiten sich in der Flasche befinden.

Nicht mehr benötigte, bunte Zeitschriften, Kleber und Schere

Ein Platz für die kreativen Sessions

Etwas zum Abdecken des Bodens oder Deines Tisches, damit alles andere sauber bleibt.

Wohlfühlsachen, die Farbe abbekommen dürfen.

Ich nehme hier gerne Klamotten, die ich eh weggeben würde, die mich aber dennoch wohlfühlen lassen. Eine große Schürze geht oft auch.

Musik Deiner Wahl für die Sessions.

Ich werde Dir pro Monat einen Link zu meiner Lieblings-Session-Musik auf Spotify senden

Ein Journal / Tagebuch / Notizbuch

für Scribble, Ideen, Eintragungen

Bundstifte / Stifte

Perlen, Bänder, Federn, Muscheln

Vertrauen in Dein Licht, Deine Liebe, Deine Farben,
Deine Gestaltung, Deine Heilung.

Pro Monat bekommst Du noch mal eine gesonderte, kleine Material-Liste.



Sandra Krensel

Muse, Coach, Artist, Yoga-Teacher
für ein fröhliches, strahlendes und
buntes Leben und Business.
Spüre die Farben der Heilung in Dir.

Ich liebe Yoga am Morgen,
Blumenwiesen und die Schönheit in
kleinen, täglichen Dingen zu entdecken.



Sitara GmbH by Sandra Krensel

sitara-design.de | sandra@sitara-design.de | Weltweit

Sehen wir uns schon Online?

Frische Updates, behind-the-scenes-Fotos und viel Kontakt.

facebook.com/SitaraCreativeLifeDesign

instagram.com/SitaraCreativeLifeDesign

pinterest.com/sandrakrensel