

Schwitzhütte am 21. Mai 2022

Sein mit der Erde, dem Feuer, dem Wasser, der Luft – mit Dir selbst

Ort: Hof Ruckhardtshausen, Ruckhardtshausen 1, 74613 Öhringen
Mit dem wunderbaren Friedensgarten und Tagungshaus mit
Übernachtungsmöglichkeiten.
www.hof-ruckhardtshausen.de

Kosten: 60,- € Richtpreis pro Tag

Info und Anmeldung: Jan Winkler, Mobil: 0173 8130883,
E-Mail: janwinkler@humaninput.de



Gemeinsamer Beginn:
Samstag **21.05.2022**
ab **14.00 Uhr**

Wir begrüßen uns, gehen in die Vorbereitung zur Schwitzhütte. Den Platz bereiten, das Holz holen und schichten, die Steine aussuchen, das Wasser bereitstellen, das Feuer entzünden und in der Dunkelheit der Schwitzhütte die Kraft der Elemente wirken lassen. Gemeinsam und gleichsam ganz für dich 4 Runden angeleitet in der Schwitzhütte sein.

Der Schwitzhüttenplatz



Kleidung

Wir tragen in der Schwitzhütte ein Lunghi oder Wickeltuch oder was Dir angenehm ist.

In der Schwitzhütte

Sitzen auf der *Erde* im Dunkeln der Schwitzhütte mit der Energie des *Feuers*, dem *Wasser* beim Aufgießen, der *Luft* beim Öffnen der Türe.

In Stille, mit Tönen, der Trommel und den Kräften der Natur.

Abendessen:

Im Anschluss an die Schwitzhütte teilen wir unser für diesen Abend mitgebrachtes Essen am Feuer.

Ende ca. 22.00 Uhr

Mitbringliste: Lunghi/Sarrong, Sitzgelegenheit+Sitzunterlage (bei Bedarf), feste Schuhe, Wasser/Tee, Stirnlampe/Taschenlampe, Handtücher (Duschen im Seminarhaus), eine Kleinigkeit zu Essen für das gemeinsame Buffet, Trinkgefäß, Teller, Besteck.

Herzlich willkommen zu dieser Zeremonie!

Jan

Alles, was sich erhebt, ruht auf einer Grundlage
Laotse (6.-5. Jahrh. v. Chr.)