Schwitzhütten am Hof Ruckhardtshausen

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: 45,-bis 60,- € empfohlen + ggf. Übernachtung am Hof möglich

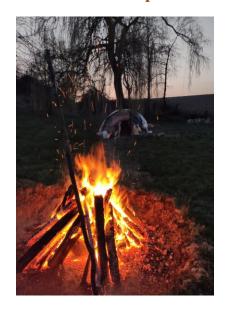
Info und Anmeldung: Jan Winkler, Mobil: 0173 8130883, E-Mail: janwinkler@humaninput.de www.humaninput.de

Einstimmung Ab 14.00 Uhr Platz richten Ab 17.30 Uhr Feuer entzünden Ca. 18.45 Uhr Schwitzhütte Extra: Sonntag,18.06.2023 zum Sonnenaufgang

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.

Gemeinsam und gleichsam ganz für Dich 4 Runden angeleitet in der Schwitzhütte sein und in der Dunkelheit der Schwitzhütte die Kraft der Elemente wirken lassen.

Der Schwitzhüttenplatz



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

In der Schwitzhütte

Getragen sein von der Erde, geborgen im Dunkeln der Schwitzhütte mit der Kraft des Feuers, der Emotion vom Wasser beim Aufgießen, dem Strömen der Lüfte 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 oder im Haus.

Ende offen bis ca. 22.00 Uhr

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

Herzlich willkommen zu diesen Zeremonien!

Jan

Wenn ich loslasse, was ich bin, werde ich, was ich sein könnte. Wenn ich loslasse, was ich habe, bekomme ich, bekomme ich was ich brauche. Lao Tse

Termine 2-2023 Samstag, 6. Mai

Sonntag, 18. Juni zu Sonnenaufgang

Samstag, 8. Juli

Samstag, 23. September

Sonntag, 15. Oktober (noch offen)

Samstag, 11. November Freitag, 22. Dezember Sommercamp 2023 im Elsaß von 29. Juli bis – 6. August

-Schwitzhütte

-Meditation

-Tanz

-Körperarbeit

Mit meinem Lehrer und Freund Markus Wider und Team. - Weitere Infos auf Anfrage.