

Kreative Männer Schwitzhütte Sa. 26. August 2017

Wofür bin ich Feuer und Flamme? Zur Stärkung von Körper und Seele!

Die Schwitzhütte ist in verschiedenen Kulturen ein Ort der Klärung und der Kräftigung. Dabei werden die Elemente Feuer, Wasser, Luft intensiv erfahren.

Programm:

- 10 h Ankommen und Einstimmung.
- 11 h Solo-Zeit in der Natur: Wofür bin ich Feuer und Flamme?
- 14 h Austausch-Runde: Potentiale und Kraftquellen, aus denen wir schöpfen.
- 16 h Schwitzhütte decken und Feuerplatz richten.
- 17 h am Feuer, in der Natur, frei & kreativ:
Rhythmus, Bewegung, Stimme, Meditation.
- 19 h Schwitzhütten-Ritual
- 21 h Ausklang in der Runde mit Erfrischungen in Gartenhäusle.

Bitte mitbringen:

- Wetterfeste Kleidung, Handtücher, Taschenlampe; „Tagebuch“ und Stift
- Sitzunterlage für draußen; eventuell Regencaple oder Plane
- Essen: Möglichst wenig oder gar nichts, wenn's geht (=Fastenritual)
- Wer mag: kleine Rassel oder Trommel
- Kleines Geschenk (Giveaway) für den Feuermann Thomas
- Wasser, Holz, Steine etc. werden von der Leitung organisiert

Organisation:

- Termin:** Sa. 26. August 2017 von 10 – ca. 22 Uhr
- Teilnehmer:** maximal 12 Männer
- Kosten:** 40 € bitte mitbringen
- Ort:** Garten bei Hirschau nahe Tübingen
- Leitung:** Tobias Neumann vom emnw und Gerd Humbert
www.maennernetzpfalz.de
- Veranstalter:** emnw (Evang. Männernetzwerk Württemberg)
zusammen mit dem Männernetz Pfalz

Unser Treffpunkt / Wegbeschreibung: Tübingen Richtung Hirschau, ca. 1 km vor Ortseingang steht rechts ein Wegkreuz, dort am Radweg parken; auf dem Weg hoch links halten, ca. 200 m durch den Wald bergauf gehen bis zur Baumwiese. Da kommt ihr dann nach ca. 80 m links zu dem „Gütle“, unserer Basisstation.

Anmeldung zur SH am 26.8.17:

Ich nehme auf eigene Verantwortung teil, bei ausreichender körperlicher und psychischer Grundstabilität. Zur verbindlichen Anmeldung schicke ich eine Mail mit meinen Daten an Tobias Neumann [tobiasneumann1@gmx.de] oder per Post an Tobias Neumann, Obere Str. 1, 71263 Weil der Stadt, Tel. 07033 3052700 /mobil: 0157 57345351

Name:

Adr.:

Tel.:

Mail:

geb.:

Datum:

Unterschrift:



Bitte in guter Kondition ankommen. Wir erleben an diesem Tag eine **körperliche Herausforderung!** Dafür braucht jeder eine gewisse **Grundkondition** und die Bereitschaft sich an seine **Grenzen** heranzuwagen.

