

Frauen Urkraft RETREAT vom 8.9-10.9. 2023 mit Schwitzhütten Ritual

Naturcamp Ragösen
Wollinerstr.19b hinter 19a
14806 Ragösen / Fläming Bad Belzig

Aho du bezaubernde Frauenseele,
Ruft es dich nach einer Zeit um einfach nur zu Sein? Frau zu Sein mit all ihren Wünschen,
Aspekten und Facetten? Neue Erfahrungen zu machen und Dich in Verbindung mit anderen Frauen
wieder ganz neu zu entdecken.

Komm mit uns in eine tiefe Rückverbindung, lass dich tragen und nähren von Mutter Erde und den
Frauen an deiner Seite.

Lass dich erinnern an deine ursprüngliche Weiblichkeit, in allen Facetten deines Herzens, deinen
heiligen Schoßbraumes, deiner Schöpfer Kraft, und dich einladen deine Gaben mit anderen zu teilen.

Sei herzlich Willkommen, und werde Teil dieser wundervollen drei Tage.
Dieses Retreat gibt dir die Möglichkeit, zur Ruhe zukommen, mit dir als Frau und deiner
Weiblichkeit ganz bewusst in Verbindung zu gehen, die Liebe & Lebendigkeit in dir zu stärken.
Wir werden gemeinsam einen liebevollen, achtsamen Raum gestalten und lassen uns dabei von den
Kräften der Natur unterstützen.
Wir treffen uns an einem ganz besonderen Ort mitten in der Natur.
Eine Jurte, kleine Bauwägen, eine Schwitzhütte, der Bach, der Wald geben uns den Rahmen.

All diese Möglichkeiten hier miteinander verweben.

- *Schwestern, Seelengefährtinnen
- *Kakaozeremonie
- *Selflove Bodywork
- *Kraft & Medizinlieder
- *Shakti Dance
- *Weiblichkeit
- *Blumen Ritual
- *Yin Yoga
- *Magic Breathe Work und Trommelsession
- *Schwitzhüttenzeremonie
- *Schoßraum Weisheit
- *Sensual Empowerment
- *Schönheitsritual



Wir eröffnen den Raum am

Freitag am 8.9.2023

- * Start 14 Uhr / ankommen ab 13 Uhr, um deinen Platz einzurichten
- * mit einer Stille Meditation im Wald und Kakao Zeremonie als Opening
- * Sharing Kreis und setzen deiner Intention
- * ab 18 Uhr gemeinsames Abend Buffet
- * 20 Uhr Sing Circle und Shakti Dance

Samstag 9.9.2023

- * 9 Uhr AtemSession und YinYoga am morgen / Schoßraum Meditation
- * Vorbereitung Mittags Brunch
- * 12 Uhr gemeinsames Essen
- * ab 14 Uhr Rituelles Vorbereiten der Schwitzhütte
- * 17 /17.30 Uhr Schwitzhütte
- * 20.30 Uhr leichtes Abendbuffet
- * Sharing Kreis / Erfahrungsaustausch

Sonntag 10.9.2023

- * 9 Uhr Teffen an der Schwitzhütte / innehalten und wahrnehmen
- * wir gehen in Stille in den Wald zum Waldyoga und Meditation
- * kreatives gestalten mit Naturmaterialien
- * 12 Uhr Mittags Brunch
- * 14 Uhr Blumen / Verehrungs Ritual und achtsame sinnliche Berührungen im Kreis von Frauen
- * ca 18 Uhr Sharing Kreis und Schließung des Raumes
- * Übergabe eines Geschenkes an dich

Retreatgebühr / Unterkunft und Verpflegung

Im Preis enthalten sind Retreatgebühr / Übernachtung und Verpflegung / all inklusive !

- *Übernachtung im Gemeinschaftsraum Jurte : 420,-
- *Übernachtung im separaten Raum Bauwagen: 390,- (davon gibt es 3 mit Doppelbett)
- *Übernachtung im eigenen Zelt: 380,-

- *Bitte die Übernachtungswünsche bei der Buchung mit angeben....
- *Incl. Veganes Essen und Tee an allen Tagen

- * eine Anzahlung von 100 € via Paypal oder Überweisung ist gewünscht, somit ist dein Platz save !
- * die Bezahl details bekommst du nach deiner Anmeldung an sandyseidel@web.de
- * Anmeldung bis 25.8.2023 möglich !

!! Es gibt einen 50 % Platz zu vergeben / Raumengel
deine Aufgabe wäre hier uns bei der Vorbereitung des Platzes und der Speisen zu unterstützen

Bitte bring selbst noch mit:

- dein eigenes Wasser
- ein schönes Kleid
- eine Augenbinde
- Blumen für das Schönheitsritual
- ein Tuch und zwei Handtücher für die Schwitzhütte
- deine eigene Decke und Kissen und all das mit dem du dich wohl fühlst
- eine Isomatte oder Klappmatraze für den Seminarraum

Wir freuen uns sehr auf eine gemeinsame / achtsame und nährnde Zeit und Besisammensein unter Frauen * uns zu erinnern an unsere Schönheit und Kraft .

Hier noch einige Informationen zur Schwitzhütte:

Die Schwitzhütte ist eine der vielen Formen der zeremoniellen Reinigung, die es fast überall auf der Welt gab und aus denen sich später Sauna und Dampfbad entwickelten.

In der Schwitzhüttenzeremonie zelebrieren wir gemeinsam das Reinigungsritual und sind eingeladen, uns nicht nur auf körperlicher, sondern auch auf geistiger, emotionaler und seelischer Ebene berühren zu lassen. Die Schwitzhütte symbolisiert den Schoß von Mutter Erde und unterstützt uns bei der Verbindung mit unseren Wurzeln sowie zur der Natur.

Der Ablauf der Zeremonie, die Hitze und der Kontakt mit den Elementen Feuer, Wasser, Erde, Luft können helfen, uns ganz auf uns selbst zu besinnen, gewohnte Denkmuster aufzuheben, Altes loszulassen und neue Lösungen einzuladen.

Auf eine wundervolle gemeinsame Zeit.



Sandy ♥



Lydia ♥