



14 - 16.08.2020

„Natur-Sein“

Zwei volle Tage im Wald. Tag und Nacht. Minimalistische Verhältnisse.

Übernachtung im Wald unter freiem Himmel.

Eine meditative und achtsame Reise im Einklang mit der Natur.

Natur eintauchen. Natur erfahren. Natur sein.

Loose your mind and find your soul.

Es hat einen Grund, dass wir uns der Natur zuwenden, wenn wir nach uns selbst suchen.

Schwerpunkte:

- Integration der Natur
- Meditation in verschiedenen Formen (Atemreise, dynamische Meditation)
- Yoga
- Intention setzen
- Verschiedene Rituale und Zeremonien

Treffpunkt ist Freitag um 17 h an der Bayerischen Schanz, Lohr am Main bis Sonntag 12 Uhr

Veranstaltungsort ist der Marwoods Wald, eingehüllt in die einzigartige Natur des Spessarts nahe Ruppertshütten

Shuttle Service vom **Bahnhof Gemünden am Main** nach Absprache möglich

Wertschätzung 99 Euro

Verpflegung und Getränke inklusive

Anmeldung über das Kontaktformular www.marwoods.de

Bitte bringe folgende Sachen für das Wochenende mit: Schlafsack, Feldbett/ Hängematte/ Luftmatratze, Kissen, Taschenlampe, Handtuch, Campingbesteck + Geschirr, Tasse, Badesachen und bequeme Kleidung, Zettel und Stift

Vorhanden sind Yogamatten + Kissen, leichte Decken, eine Trenntoilette, Wasser zum Waschen

