

# Schwitzhütte Körperseele

17. - 19. April 2026

Schwitzhütten sind intensive Rituale mit einer langen Geschichte und sehr verschiedenen Traditionen überall auf der Welt. Ich gestalte diese Schwitzhütte individuell für eine kleine Gruppe, um jeder Einzelnen genügend Raum geben zu können.

Die Schwitzhütten gestalte ich abgestimmt auf das Thema und sie sind daher immer anders. Darauf möchte ich dich vorbereiten, falls du bereits Erfahrungen mit anderen Schwitzhütten(leiterInnen) hast und nun mit festen Erwartungen kommst.

Unser Körper schwingt mit unserer Seele und ihren Erfahrungen – und umgekehrt. In ihm ist unsere Geschichte gespeichert. In dieser Schwitzhütte nehmen wir uns liebevoll unserer Körper an und bringen Energie in jede Zelle. Wir gehen auf die Suche nach alten Glaubenssätzen, Erfahrungen und Schmerzen und lauschen ihm, was er braucht – zum Loslassen, Sehnsucht zu stillen und um prickelnd lebendig zu sein.

Für diesen Schritt erbitten wir Unterstützung durch die Elemente, die Tiere und Pflanzen, die Kräfte, Lebewesen und Energien, die uns begleiten.

## Organisatorisches:

- ✧ Wir starten am 17. April 2026 um 18.00 Uhr und enden am 19. April 2026 um 15.30 Uhr.
- ✧ Das Wochenende findet statt im KLEWADO-Seminarhaus (Hainichener Straße 201 in Freiberg/OT Zug)
- ✧ Wir verpflegen uns gemeinsam
- ✧ 220,00 € Seminarbeitrag plus 110,00 € für Unterkunft/Übernachtung/Platznutzung
- ✧ Anmeldung bei Katja unter [naturzeitraum@web.de](mailto:naturzeitraum@web.de) oder 0172 973 71 74
- ✧ max. 9 TeilnehmerInnen!

Foto Schwitzhütte: Ch. Tzschaksch. DANKE!