

M A L T I Z

Naturerfahrung und Waldpädagogik e.V.

Astrid Bach - Staap
1. Vorsitzende

KarlsruhnerstraÙe 132
66333 Völklingen
Telefon: Q 0 68 98 - 43 95 65
Email Vorsitzende@maltiz-waldpaedagogik.de

Völklingen, 21.05.2010 9:31

MALTIZ – A. Bach - Staap Karlsruhnerstr. 132 66333 Völklingen

Wir haben unseren Email-Verteiler aus öffentlich zugänglichen Quellen und persönlichen Kontakten zusammengestellt und gehen davon aus, dass Sie sich für unser Programm interessieren.

Unsere Informationen werden je nach Bedarf versendet. Der Info-Brief darf gerne an interessierte Personen weitergeleitet werden.

Da wir mit unseren Informationen niemanden belästigen möchten, teilen Sie uns bitte mit, wenn Sie aus unserem Verteiler gelöscht werden möchten!

Infobrief: Eine indianische Schwitzhütte - mitten im Warndtwald

PM20100522_Schulen.doc

Sehr geehrte Damen und Herren,

anbei erhalten Sie eine Information von MALTIZ e.V. mit der freundlichen Bitte um Kenntnisnahme.

Vielen Dank und viele Grüße

Astrid Bach-Staap
1. Vorsitzende

MALTIZ

Naturerfahrung und Waldpädagogik e.V.

Seite 2

Eine indianische Schwitzhütte – mitten im Warndtwald

Entspannen und Kraft tanken am Schwitzhüttenabend

MALTIZ hat in der Vergangenheit bereits mehrere Schwitzhütten im Rahmen der Ferienprogramme für Schulklassen und Jugendgruppen gebaut. Nun besteht an zwei Abenden die Möglichkeit für jedermann, das Wellness-Programm der traditionellen indianischen Schwitzhütten zu erleben: Am Mittwoch, dem 2. Juni 2010 und am Samstag, dem 5. Juni 2010, wird in der Nähe des MALTIZ-Waldhauses eine echte indianische Schwitzhütte in Betrieb genommen. Es besteht auch die Möglichkeit für Schulen und Gruppen individuelle Termine zu vereinbaren.



Die Schwitzhütte besteht aus einem Gerüst aus Weiden- oder Haselruten, das mit Decken abgedeckt wird. Man sitzt darin im Kreis, vor sich in der Mitte die glühenden Steine, die draußen in einem „Heiligen Feuer“ bis zur Rotglut erhitzt werden. Der Feuerhüter legt die Steine in einer Zeremonie in die Hütte und der Wassergießer gießt im Laufe einer Runde mehrfach Wasser und Kräuter darauf. In der Dunkelheit der Hütte kann man sich dabei intensiv auf seine Empfindungen konzentrieren und die heilsamen Momente erspüren. Indianische Lieder und Gebete erzeugen eine meditative Stimmung in der Stille des Waldes. Es werden mehrere Runden absolviert, die gesamte Zeremonie dauert mehrere Stunden.

Indianisches Schwitzhüttengebet:

„Großvater, Hüter der heiligen Schwitzhütte, wir bitten dich, hilf uns, wenn wir uns reinigen: unsere Körper, unsere Seelen und unseren Geist. Wir bitten auch: Sei gegenwärtig in diesen heiligen Steinen und heile alljene, die Deiner Kraft bedürfen.“



Wie in der Sauna gibt es reine Frauen- oder Männerhütten, aber auch gemischte Hütten. An dem Schwitzhütten-Zeremoniell kann jeder teilnehmen, wobei der Termin am 2. Juni nur für Frauen arrangiert wird. Den Abschluss der Schwitzhüttenzeremonie bildet ein gemeinsamer Imbiss am Lagerfeuer am Waldcamp Warndt.

Knut Kroll, der die Schwitzhütte errichten und betreiben wird, hat das Schwitzhüttenzeremoniell während seines siebenjährigen Aufenthaltes in Amerika bei Wallace Black Elk erlernt und bereits mehrfach in Schulen, auf Abenteuerspielplätzen und Jugendfarmen praktiziert. Wenn das Angebot angenommen wird, möchte er die

MALTIZ

Naturerfahrung und Waldpädagogik e.V.

www.maltiz.eu

Karlsruhnerstraße 132 D-66333 Völklingen 0 68 98 – 43 95 65 Email vorsitzende@maltiz-waldpaedagogik.de

M A L T I Z

Naturerfahrung und Waldpädagogik e.V.

Seite 3

Schwitzhütte regelmäßig am Waldcamp anbieten, z.B. zur Sommersonnwende, zum Herbstbeginn oder zu anderen jahreszeitlichen Ereignissen.

Termin:

Mittwoch, 2. Juni 2010 (Vorabend Fronleichnam), 17.00 Uhr,
Samstag, 5. Juni 2010, 18.00 Uhr
Für Schulen und Gruppen nach Vereinbarung

Ort

Warndtwald am MALTIZ-Waldhaus, Nähe Völklingen-Lauterbach an der L 165

Teilnahmegebühren

Schulen oder auch geschlossene Gruppen können individuelle Termine vereinbaren. Teilnahmegebühren auf Anfrage!

Ausstattung

Badetuch/Saunatuch und/oder Woldecke

Anmeldung / weitere Informationen:

Telefon 00 49 – 68 98 – 43 95 65 / vorsitzende@maltiz-waldpaedagogik.de / www.maltiz.eu

M A L T I Z
Naturerfahrung und Waldpädagogik e.V.

www.maltiz.eu

Karlsruhnerstraße 132 D-66333 Völklingen 0 68 98 – 43 95 65 Email vorsitzende@maltiz-waldpaedagogik.de