

Tilbage til ilden

Et naturretreat for dig, der længes efter frihed, fællesskab og fordybelse

Kort introduktion:

I en tid med travlhed, skærme og forventninger, kalder noget dybere i os. Noget oprindeligt. Ilden. Tilbage til ilden er et 3-dages naturretreat for dig, der vil genopdage det menneskelige gennem natur, nærvær og fællesskab.

Hvem er det for?

- Dig, der er mellem 27 og 47 år
- Dig, der savner et åndehul
- Dig, der har lyst til at være i naturen og i fællesskab med andre
- Dig, der ikke behøver fancy faciliteter, men værdi og ægthed

Hvad kan du forvente?

- Simpelt friluftsliv i smuk natur
- Bål, bevægelse, stilhed og samtale
- Mad vi laver sammen
- Guidede øvelser i kroppen og naturen
- Plads til at trække dig tilbage og bare være
- Mulighed for at bidrage med noget, du kan: musik, mad, bevægelse, fortælling

Praktisk:

- Dato: [indsæt dato]
- Sted: [indsæt lokation i naturen]
- Overnatning: Telt, shelter eller enkel hytte
- Mad: Vi laver det sammen over bål
- Fysisk niveau: Let til moderat
- Pris: [indsæt pris]

Program i grove træk:

Dag 1: LANDING - Ankomst, bålcaffe, teambuilding, deling, bålmad, ritual

Dag 2: NÆRVÆR - Morgenbevægelse, naturtur, stilhed, sauna, fællesskab

Dag 3: FORANKRING - Refleksion, afslutning og hjemrejse

Tilmelding & kontakt:

[indsæt mail / hjemmeside / telefonnummer]