

# Vorinformation zum Sommerkurs in Somvix 2025

vom Samstag, 12. – Samstag, 19. Juli 2025 für eine Kleingruppe

Wir treffen uns am Samstag, 12. Juli 2025 ab 17 Uhr im Haus «Casa Steilalva» in Somvix. Der Kurs endet am Samstag, 19. Juli um ca. 12 Uhr.

Themen werden sein: Einführung in die schamanischen vier Welten mit Übungen und Trommelreisen. Wir arbeiten mit einem Archetyp, bringen ihn in Bezug zu uns, und stärken ihn. Dazu machen wir ein handwerkliches Projekt. Das Ziel unseres Übens ist, neu ausgerichtet, mit neuer Inspiration und Kraft wieder in unseren Alltag zurückzukehren und es zu bewahren.



Wir schenken uns eine Zeit der Entgiftung: wir essen vegan, würzen mit fermentiertem Salz, verzichten auf Kaffee, Schwarztee, Zucker und auf anregende Stoffe wie Tabak, Alkohol, psychoaktive Substanzen und machen einen elektronischen Detox. Mit täglichem Yoga, den Atemübungen, den stillen Meditationen und den Elemente-Meditationen «Erde» und «Wasser» steigern wir unser Prana, unsere Lebenskraft. Wir schenken uns eine Zeit des Rückzugs.

Die **Kurskosten** belaufen sich auf Fr. 1350.- (Kursgeld, Kost, Logis, Material). Mit einer Anzahlung von Fr. 450.- bist du definitiv angemeldet. Die restliche Gebühr ist bis zum 12. Juni 2025 fällig.

Die **Teilnehmerzahl** ist beschränkt auf fünf Personen.

Wenn du teilnehmen möchtest, sende ich dir gerne das Anmeldeformular mit weiteren Informationen wie Packliste, Zahlungsmodalitäten, usw.



Ich freue mich, wenn du dabei bist.