



earth - fire - water - air

Mitbringen: Essen fürs Hangi für dich. Genaue Angaben folgen bei definitiver Anmeldung!

Seminarbeitrag: Freitag – Samstag: CHF 135.- (*inkl. Snacks und Drinks am Samstag*)
Nur Samstag: CHF 120.- (*inkl. Snacks und Drinks*)

Übernachtung: Rigi Klösterli: CHF 65.- pro Person im DZ, (*inkl. Nachtessen, Frühstück und Kurtaxen*)
(*Einzelzimmer-Zuschlag: CHF 25.-*)

Zeiten: Freitag 1. Juli 19-22 Uhr
Samstag 2. Juli 10-16 Uhr

Team: Ojasvin und Iris aus Neuseeland,
Margit, Thomas und Jean-Pierre vom Rigi Klösterli Team

Anmeldung & Zimmerreservation: Margit und Thomas Studer, Tel: 071 333 19 11
E-Mail: seminare@kloesterli.ch



Information:

www.grandmothershealinghaka.com
mail@grandmothershealinghaka.com

1. - 2. Juli 2011
Rigi Klösterli

HAKA-HANGI

mit
Iris und Ojasvin aus Neuseeland
Thomas, Margrit & Jean Pierre vom Rigi Klösterli Team

präsentiert von Grandmothers Healing Haka
www.grandmothershealinghaka.com

Mit Elementen aus der Schule Min-I.L.I.T.

www.min-ilit.org

Dieses Seminar verbindet zwei Elemente aus der Tradition der Maori aus Neuseeland: Den Krafttanz Haka und das Hangi, die traditionelle Art Essen in einem Erdofen zuzubereiten. Bei dieser Art der Essenzubereitung werden Luft, Erde, Feuer und Wasser miteinbezogen und wird jede Etappe des Kochens mit einem kleinen Ritual ehren.

Am Freitagabend beginnen wir das Seminar mit einem köstlichen Nachtessen und besammeln uns dann im grossen Raum des Rigi Klösterli für eine Willkommens-Zeremonie. Danach ist Raum und Zeit für die Begegnung mit Liedern und Tänzen aus der Maori-Kultur. Einiges werden wir schon erlernen, um es dann bei den Ritualen einbringen zu können.

Den Samstag beginnen wir mit dem Bereiten der Feuerstelle, dem Finden der richtigen Steine und dem Herantragen des Feuerholzes. Dann werden wir das Feuer entfachen und die Steine erhitzen ... Dazwischen finden wir Zeit für Haka-Tanz, energetisierende Übungen, Maori-Lieder und das Geniessen des geselligen Beisammenseins in der Natur auf der wunderschönen Rigi.

