

Nytårs svedehytte på Fyrregaarden i Højby

d.7.januar Kl.11.30-23.00

Start dit nye år med en dyb rejse og en nulstilling af din krop, sind og ånd med en svedehytte der renser dig fysisk, psykisk, åndeligt og mentalt ✨

Denne keltiske svedehytte tradition kommer fra bjergene i Wales, hvor den er blevet videregivet i flere hundrede år, indtil den i dag er i vores hænder.

Den keltiske svedehytte er en ceremoni for død og genfødsel.

Vi giver slip på hverdagens støj og slipper alt midlertidigt, for at komme dybt ind i bevidstheden om nuet.

Fra dette sted vælger vi at rejse mod dødens konstante tilstedeværelse.

Vi bruger denne bevidsthed til at vække erkendelsen af, hvad der virkelig er vigtigt i vores liv.

Hvad er vores dybeste drømme og vores længsler.

Hvad skal vi give slip på for at nå disse mål og ønsker for livet?

🔥 Pris og tilmelding 🔥

Betal efter formåen og vælg den pris der passer til dig 550/ 650/750kr.

Du er garanteret din plads når vi har modtaget depositum på 200 kr. på mobilepay til keltisk svedehytte på tlf.: 22122757

Skriv dato, du vil deltage i kommentarfeltet.

Resten af beløbet betales på dagen for svedehytten, kontant eller via mobilepay til Heidi.

Du er altid velkommen til at skrive eller ringe til Heidi ved eventuelle spørgsmål.

🔥 Program 🔥

Kl. 11.30 starter vi med at åbne cirklen og kort sharing.

Derefter er der en masse praktisk at gøre inden svedehytten er klar. I takt med al det praktiske, bygger vi energien op sammen.

Brænde skal køres til bålpladsen og der skal laves optændingsbrænde.

Tæpperne skal lægges på svedehytten og Alteret pyntes.

Når vores firekeeper har bygget bålet op, beder vi stenbønnerne sammen og tænder bålet.

Herefter går vi ind i stilhed omkring ilden.

Det tager omkring 1,5 time for stenene at blive varme og rødglødende.

Når stenene er ved at være klar til at komme ind i svedehytten, vil i blive klædt på omkring sikkerhed i svedehytten og rent praktisk hvordan ceremonien foregår.

En svedehytte ved vi aldrig hvor lang tid tager, regn med 3-5 timer.

Det er vigtig at du bliver hele vejen til ceremonien slutter, også selv om du ikke kan være inde i svedehytten og må gå ud før tid.

Ceremonien er lige så stærk omkring ilden, som inde i svedehytten.

Ceremonien slutter først når vi har haft en sharing efter svedehytten og jeg er sikker på alle er landet i sig selv igen.

Vi afslutter med at spise et vegansk måltid mad sammen, som serveres i spisestuen.

Vi regner med at vi er senest færdige omkring kl. 23.00

🔥 Medbring 🔥

- 2 håndklæder
- drikkedunk
- Tøj efter vejret.
- -Frokost

Påklædning:

I en keltisk svedehytte bestemmer du selv hvad du vil have på - det kan være en sarong, badetøj, en svedehyttekjole, et håndklæde eller du kan være nøgen.

🔥 Overnatning 🔥

I forbindelse med svedehytten kan du booke overnatning på Fyrregaarden.

Overnatning Per døgn:

350 kr. i 4prs. Værelse

450 kr. i dobbeltværelse Per prs.

550 i enkeltværelse.

Book via Trine på kontakt@fyrregaarden.dk

Du er velkommen til at låne køkken for at lave din eget mad.

Og fællesarealer som spisestue, pejsestue og yogasal er til fri afbenyttelse.

Om fredagen foregår her i øvrigt årets første fuldmåneceremoni, som du også har mulighed for at tilmelde dig, således at weekenden bliver et helt miniretreat for dig.!

Matolievej 14

4573 Højby

Tlf 20205888

Bedste Hilsner fra Fyrregaarden, Tue og Heidi