

# Neumond Männerschwitzhütten 2022

## «Dem Mann in dir auf der Spur»

24. bis 25. Oktober  
und  
22. bis 23. November



Dem gesunden Mann in dir zuliebe,  
lade ich dich zu den Männerschwitzhütten ein.  
Immer an Neumond machen wir zwei Hütten, eine abends und eine frühmorgens.  
Die nächsten Daten sind:

**24. bis 25. Oktober**  
und  
**22. bis 23. November**

Der September- und Dezemberneumond fällt mit der Herbst Tag- und  
Nachtgleiche- und der Wintersonnwende zusammen.  
Diese werden wir gemeinsam mit den Frauen feiern.  
Dazu gibt es separate Einladungen. Du findest diese auch auf meiner Website:  
[www.hoffnungs-traeger.ch](http://www.hoffnungs-traeger.ch)

## **Beginn**

Treffpunkt 24. Oktober resp. 22. November um 14.00 Uhr,  
bei der Postauto-Haltestelle «Detligen Post».

Postauto ab Bern: Kurs B100 / Kante T / Bern ab 13.33 Uhr.

Von dort werden wir gemeinsam zum Schwitzhüttenplatz fahren.

Bitte bei der Anmeldung angeben ob du mit ÖV oder PW kommst.

Ich werde mir erlauben euch für Fahrgemeinschaften zu verlinken.

## **Ende**

Jeweils am Tag darauf gegen die Mittagszeit nach dem gemeinsamen Frühstück  
und Aufräumen des Platzes.

## **Mitbringen**

Ein Tuch für um den Körper und bei Bedarf zudem ein Tuch zum darauf Sitzen.

Etwas Leckeres aus deiner Küche zum gemeinsamen Nacht- und Morgenessen.

Fürs Nachtessen bereiten wir zudem eine Suppe. Die Zutaten bringe ich mit.

Tee und Kaffee vorhanden.

Schlafsack und Mätteli zum Übernachten im Dom oder unter freiem Himmel.

## **Kosten pro Neumond**

250 CHF pro Person für die beiden Schwitzhütten, Übernachtung, Brennholz,  
Infrastruktur

Alle anfallenden Arbeiten erledigen wir gemeinsam.

## **Anmeldung und Fragen**

[jurgryser@gmail.com](mailto:jurgryser@gmail.com)

Die Beteiligtezahl ist begrenzt, es gilt die Reihenfolge der Anmeldung.

Deine Zahlung erfolgt nach der Anmeldebestätigung. Damit ist dein Platz  
verbindlich reserviert.

**Ich freue mich auf dich!**

**Jürg**