

Info



Das zentrumRANFT ist ein Begegnungs- und Seminarhaus oberhalb des Sarnersees mit Sicht auf See und Berge. Es bietet allen Gästen vielseitige Impulse. **In und durch die Stille eine spirituell integrierte und solidarisch ausgerichtete Haltung zu leben, ist unser Ziel.** Achtsamer Umgang mit sich selber und seinem Umfeld, **Meditationen, Kontemplationsschulungen, Yoga, Kursangebote, Begleitung von Auszeitgästen, Gespräche mit Einzelgästen** – unser Ort der Begegnung findet in einer Atmosphäre der Geborgenheit statt. 50 Gäste können bei uns beherbergt werden, 120 Gäste können wir mit unserer leichten, vegetarischen Küche verwöhnen.

Ökologie und Nachhaltigkeit sind für uns nicht nur Stichworte. Die neue Pellet-Heizung beheizt die Häuser Seeblick und Bergblick, zudem das Foyer, eine Cafeteria, den 120 m² grossen Saal, einen Seminarraum und die Bibliothek. Wir bewirtschaften eine 14'000 m² umfassende Gartenanlage, die mit neuen Hecken und alten Obstbausorten eine hohe Biodiversität aufweist.

Das **Pflanzenlabyrinth** mit seinen hundert Blumen und Kräutern führt in den Mittelpunkt, dem Bruder-Klaus-Brunnen. Das Zentrum ist ein **Ort der Kraft**, liegt 10 Minuten zu Fuss entfernt vom Ranft, dem Wohnort des **Niklaus von Flüe**, dem **Friedensförderer**.

Das zentrumRANFT richtet sich an Einzel- sowie Kursgäste, die **abseits von Hektik und Stress** ein paar Tage zur Ruhe kommen möchten: **Ein Ort der Stille zum Abschalten, Meditieren, Wandern, Lesen, Schreiben oder Nachdenken.**

Informationen und Angebote unter: www.zentrumranft.ch



09. - 11. Oktober 2020

Djembé-Rhythmus-Tage

Pierre Favre

Kursprogramm

Freitag, 09. Oktober 2020

16.30 Beginn
18.30 Abendessen

Samstag, 10. Oktober 2020

08.15 Frühstück
12.30 Mittagessen
18.30 Abendessen

Sonntag, 11. Oktober 2020

08.15 Frühstück
12.30 Mittagessen
16.00 Abschluss

*detaillierte Programmpunkte folgen

Kursleiter



Pierre Favre,

Jazz-Schlagzeuger und Perkussionist,
2019 ausgezeichnet mit einem
Schweizer Musikpreis für sein
Lebenswerk

Kursbeschreibung

Inhalt

Rhythmus weiss man nicht, Rhythmus will gelebt sein! Pierre Favre ist ein Meister des Rhythmus, der seit Jahrzehnten diesen Bereich entwickelt hat und immer noch weiterentwickelt.

«Wie wir wissen, sind wir Menschen heute immer mehr gefährdet zu marschieren anstatt uns organisch im Leben zu bewegen, den Raum zu empfinden und schliesslich sogar zu tanzen. Der Ranft als Ort und Raum ist ideal um Gefühl für die Zeit zu entwickeln.»

Alle Teilnehmenden brauchen eine Djembé-Trommel. Falls keine vorhanden, besteht die Möglichkeit, eine zu mieten. Bitte vermerken Sie es bei der Anmeldung.

Kurskosten

CHF 200 (exkl. Djembé-Miete CHF 20) exkl. Kost und Logis

Kursanmeldung

Anmeldung und Zimmerbuchung an zentrumRANFT,
041 660 58 58, www.zentrumranft.ch, info@zentrumranft.ch