



Halt! Halt? Zwischen-Halt! Von Frauen für Frauen.

Liebe Frauen



Treppiedi steht für prozessorientierte und systemische erlebnispädagogische Erlebnisse und Erfahrungen. Zusammen verbringen wir das Wochenende in einer einfachen Hütte auf der Mägisalp, Hasliberg. Wenn immer möglich kochen wir auf dem offenen Feuer und lassen durch handwerkliche Arbeiten und Naturerlebnisse den Alltag hinter uns. Kleine Denkanstösse lassen dich über deine Wurzeln im Leben sinnieren. Probiere das Glutbrennen aus und nimm als Andenken einen selbstgemachten Löffel nach Hause. Nicht zu kurz kommt daneben Zeit für sich selbst und der Austausch in der Gemeinschaft.



Freitag bis Sonntag
17.-19.10.2025



Anmeldung

Melde dich auf unserer Homepage www.treppiedi.ch unter «Dein Erlebnis mit Treppiedi – Frauenwochenende» oder mit Hilfe des QR-Codes für das Wochenende an.



Anmeldeschluss ist Freitag, der 19.09.2025.



Start Freitag, 15.00 Uhr *

Ende: Sonntag, 15.30 Uhr

* letzte Bergfahrt mit der Bahn 16.45 Uhr.
Spätere Anreise dennoch möglich.



Treffpunkt + Verabschiedung:

Bergbahn Hasliberg Reuti, Talstation

- Anreise mit Luftseilbahn in Meiringen (14.38 Uhr) oder mit dem Auto bis Reuti.
- Möglichkeit zum Bilden von Fahrgemeinschaften über freiwillige Adressliste.



Versicherung ist Sache der Teilnehmenden.



Retreatpreis: 450.- bis 350.-

(inkl. Essen + Übernachtung
exkl. Bergbahn)

Gedanken zur Preispolitik findest du auf der
Homepage.

Bitte überweise den Betrag bis 03.10.2025 an:
Treppiedi KLG

Mozartstr. 3

6004 Luzern

CH83 0840 1000 0725 7548 4



Programm

Nach der Begrüssung und einem kurzen
Kennenlernen lassen wir unsere Rucksäcke an
der Talstation zurück und kaufen im Dorfladen
ein. Zurück bei der Talstation der Bergbahn
verstauen wir die gekauften Lebensmittel in
unseren Rucksäcken (wichtig: In deinem
Rucksack hat es noch Platz für die Lebensmittel
wenn du anreist). Anschliessend nehmen wir die
Bahn und laufen den kurzen Weg zur Alphütte.
Wahrscheinlich bekommst du bereits auf dem
kurzen Weg eine kleine Aufgabe zur
Einstimmung auf das Wochenende.

Angekommen erhältst du Zeit, dich umzusehen,
mental und physisch anzukommen und dein
Nachtplätzli einzurichten. Wer seinem
Zwischenhalt eine zusätzliche Tiefe geben
möchte, hat auch die Möglichkeit sich draussen
mit einem Tarp einen Schlafplatz einzurichten.

Wir kochen auf dem offenen Feuer (drinnen
oder draussen) ein nährendes Znacht und
tauchen anschliessend ein erstes Mal richtig
ein...

Am Samstag erspüren wir nach einem
selbstgemachten Feuer-Zmorge ein erstes Mal
unseren Halt und unsere Wurzeln nach dem
Motto «Kopf- Herz- Hand». Zwischendurch
probieren wir das Glutbrennen und schnitzen
aus einem weichen Stück Holz unseren
persönlichen Löffel. Daneben finden wir Zeit, uns
auszutauschen, zu verweilen, Kraft und Energie
zu schöpfen. Den Tag schliessen wir mit einem
feinen Znacht ab.

Nach einem Feuerzmorge und einer erneuten
persönlichen Auseinandersetzung am
Sonntagmorgen, packen wir unsere Sachen
zusammen und gehen den Weg zurück in die
Zivilisation, zurück in Richtung Alltag.

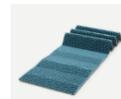


Das bringst du mit - Packliste:

dein verpacktes Gepäck in einem
Rucksack

- Einkaufstasche
- dem wetterangepasste Kleidung
(wir verbringen viel Zeit draussen!)
- feste Schuhe (z.B. Trekkingschuhe)
- kleiner Tagesrucksack
- Wanderstöcke (bei Bedarf)
- warmer Schlafsack oder Duvet-/
Kissen- und Matratzenbezug (nur für
drinnen!)
- ev. Schlafmatte (falls Outdoornacht)
- Toilettensachen
- Essgeschirr (Teller, Tasse, Besteck).
- Trinkflasche
- Taschenmesser
- Schreibsachen
- Regen- / Sonnenschutz
- Taschen- oder Stirnlampe
- Streichhölzer / Feuerzeug
- evtl. Insekten- / Zeckenspray

Empfehlung:



Eine Isomatte ist praktisch zum
Draufsitzen draussen ums Feuer
oder zum Schutz unter die
Schlafmatte. Vielleicht hast
du zu Hause im Keller noch eine
ähnliche Matte? Wir können das
Z-Lite empfehlen, eine faltbare
Isomatte. Gibt es z.B. bereits ab
30 Fr. im Decathlon.



Das bringen wir mit:

- Nötiges Küchenmaterial
- Plane für Outdoornacht (Tarp)
- eingekaufte Bio-Esswaren
- Toilettenpapier



Hast du Fragen? Dann melde dich
unter 078 480 66 88 bei uns oder via
Kontakt auf der Homepage
(www.treppiedi.ch). Wir antworten dir
so schnell wie möglich!

Erzähle gerne anderen Frauen von
diesem Retreat, wenn es dich
begeistert!

Wir freuen uns, mit dir unterwegs sein
zu dürfen!

Das Treppiedi-Team – Regina & Sabrina