

**ADOLF KOCH
VEREIN PRESENTS**

SOMMER CAMP 2022

7-10 JUL 2022

RÄTZSEE, GERMANY

DONNERSTAG

Bis 15 Uhr – Ankunft und Zeltaufbau

Nimm Dir genug Zeit um anzukommen! Finde den perfekten Spot für Dein Zelt, entdecke den Platz und die Natur, chill' ne Runde am See, geh schwimmen, finde neue Freund*innen und mach Dich beim Orga-Team beliebt

15:30 Uhr – Begrüßung und Einführung

Hier wird alles Wichtige erklärt und beantwortet. Wer später kommen muss, kann sich bei allen informieren, die dabei waren.

16:30 Uhr – Spiel und Spaß an der Rezeption

**Volleyball mit Maik und Kubb mit Thomas
...oder einfach selbst ne Runde Boule, Tischtennis oder
Slackline starten**

20:00 Uhr – Get Together am Lagerfeuer mit Colin

Bring Deine Gitarre, Ukulele, Darbuka, Blockflöte, Violine, Kamancheh, Deine liebe Stimme oder was immer Du möchtest mit und wärme Herz und Körper am Lagerfeuer, wenn es denn die Waldbrandstufe erlaubt...ansonsten wärmen wir uns zwischen den Musiken in der Sauna auf Für die Sauna bitte anmelden, Infos dazu kommen noch.

FREITAG

8-10 – Frühstück (Don't forget Brötchenbestellung)

10:30 Uhr – Aktzeichnen mit Maik

Egal, ob als Anfänger*in oder Fortgeschrittene, ob Du Modell stehst oder zeichnest oder beides im Wechsel ausprobierst, es wird wieder kunstvoll! Trau Dich und steigere Deine Body Awareness

Es werden einige Grundlagen des Zeichnens, der Anatomie, der Wahrnehmung der menschlichen Figur und Proportionen vermittelt.

10:30 – FotoKunstKurs mit Carsten – Teil 1

das gymnosophische atelier lädt ein zu einem mehrtägigen FotoKunstKurs projekt. entdecke naturistische fotografie und mach mit bei nudestreetart. fotografiere & bastel mit carsten in der natur

14:00 Uhr – Sinn durch Verbindung / Finding Meaning through Connection mit Ichhya

In diesem Workshop üben wir uns in Achtsamkeit und Dankbarkeit und finden Verbindung zu uns selbst, der Natur und anderen. In deutscher und englischer Sprache möglich.

16:00 Uhr – Spiel und Spaß an der Rezeption – mit Kubbtturnier Kubbtturnier mit Thomas und Slackline mit Josh (ggf. etwas später)

...oder einfach selbst ne Runde Boule oder Volleyball starten

20:00 Uhr – Grillbuffet mit Chris

Alle steuern etwas bei (z.B. Salate, Brot, Dips, Nachtisch, Kuchen etc.); Grillgut jede*r für sich. In jedem Fall wird es LECKER!

8-9:30 – Frühstück (Don't forget
Brötchenbestellung)

10:00 Uhr – Entdeckungstag

Zu Fuß: Nacktwanderung

ODER

per Rad: nackt um den Rätzsee mit
Johannes

ODER

Zu Wasser: nackte Kanufahrt mit
Cris

20:00 Uhr – BEIDES Band an der
Rezeption!

BEIDES! Mit Ilja Pletner (Sänger,
Bratschist) und Tanja Watoro
(Charango, Gesang)

Eine kaleidoskopische Verarbeitung
deutscher Poesie mit
atmosphärischer Musik, oft jenseits
des 4/4 Taktes. Ein Geiger, der
ahnungslose Texte in Gesang
verwandelt und die Charango
schimmert wie die Sonne oder wie
das Wasser, nein, wie BEIDES!

Machen die Kunst oder Pop?

B*****!

SAAMSTAG

8-9:30 – Frühstück (Don't forget
Brötchenbestellung)

10:00 Uhr – Gruppenfoto am Stand
(mit Ilka)

11:00 – Yoga in den Sonnentag mit
Jan

Wir grüßen die Sonne mit einem
Flow aus Katzen und Kühen,
Hunden und Heuschrecken,

Held*innen und Kindern. Wem diese
Yoga-Haltungen nichts sagen: kein
Problem, Jan erklärt sie euch. Habt
ihr eine Lieblings-Asana, die ihr
schon immer mal unter freiem
Himmel praktizieren wolltet?
Äußert gerne eure Wünsche!

Mittags/Nachmittags – Picknicken
aka Resteverwertung
Bitte unbedingt alles wieder
mitnehmen!

14:00 Uhr – Spiel und Spaß an der
Rezeption

Tischtennis mit Faruk, Volleyball
mit Maik und Slackline mit Josh
...oder einfach selbst ne Runde
Kubb oder Boule starten

GANZ SPÄT - Ende
Tränenreiche Verabschiedung,
Heimreise, Fotos in der Cloud teilen
Beginnende Vorfreude auf das
nächste Event;
...oder Du verlängerst ganz
entspannt ne Nacht mit dem
Orgateam zusammen

SONNTAG