# Wellness Spiri Station

## Yoga

Macht 10 Minuten Yoga. Schaut euch z.B. die Anleitung für den Sonnengruß an.

## Pfadfindergebet

Lest das Pfadfindergebet gemeinsam. Besprecht was ihr von dem Gebet mitnehmt und was euch davon bewegt. Was denkt ihr über das Gebet? Wann nutzt ihr das Gebet oder wann würdet ihr das benutzten?

## Abendimpuls

Schreibt einen Abendimpuls zum Thema „Prisma - Vielfalt streuen“. Nutzt ihn gerne auf dem Lager.

## Kurat\*innen-Suche

Findet eine\*n Kurat\*in und fragt die Person, was sie inspiriert hat Kurat\*in zu werden.

## Tee-Meditation

Macht euch einen Tee und chillt min. 10 Minuten.