

Meditatives Bogenschießen

Bildungswerk



Samstag 24.05.2025 | 10.00 bis 17.00 Uhr
St. Bonifatius, Hardterbroicher Straße 60, 41065 Mönchengladbach

„Meditatives Bogenschießen - eine Auszeit für Dich“

Das Bogenschießen hat eine sehr lange Tradition, als meditatives Element rückt es gerade besonders in den Fokus.

Durch das Erlernen des intuitiven Bogenschießens wird dem Körper und Geist die Möglichkeit gegeben, den Ablauf „zu speichern“ und die Hand-Augen-Koordination auszubilden. Das Schießen wird nicht durch das gezielte Zielen über den Pfeil gesteuert, sondern kommt aus einem selbst.



Die Konzentration liegt im festen Stand, der eigenen Mitte und im Ziel. Dadurch wird es möglich, im meditativen Bogenschießen den eigenen Körper stärker zu erfahren und das eigene Tun zu reflektieren. Mit dem intuitiven Bogenschießen haben auch Anfänger:innen eine gute Möglichkeit, das Bogenschießen zu erlernen und dieses Element für sich zu nutzen.

(Text: Internetseite Svenja Kormann)

© Svenja Kormann

Anmeldung bis 23.05.2025 unter 0241-400180 | kontakt@kab-aachen.de



Referentin: Svenja Kormann
Ort: St. Bonifatius, Hardterbroicher Straße 60, 41065 Mönchengladbach
Veranstalter: Bildungswerk der KAB der Diözese Aachen
Gebühr: 25,00 €



KAB! TRITT EIN FÜR DICH.