

Fernab des geschäftigen Alltags widmen wir uns in der Stille der Kunst des Meditativen Bogenschießens als einer Übungsform, die den Körper schonend stärkt, den Geist beruhigt und der Seele die ihr gebührende Aufmerksamkeit schenkt. Wir kommen in Kontakt mit unseren archaischen Anteilen und gewinnen die Stärke und den Mut, uns dem Leben zu stellen.

Dr. Haringke Fugmann, Seminarleiter

Lebensgestaltung und Kreativität

Evangelisches Bildungs- und Tagungszentrum Bad Alexandersbad

Markgrafenstraße 34
95680 Bad Alexandersbad
Tel. 092 32/99 39-0
Fax 092 32/99 39-99

Büro:
Mo. bis Do. von 8.30 bis 12.00 Uhr
und von 14.00 bis 16.00 Uhr
Fr. von 8.30 bis 12.00 Uhr

info@ebz-alexandersbad.de
www.ebz-alexandersbad.de

Sie können sich mit Fax, E-Mail, dieser Karte oder auf www.ebz-alexandersbad.de anmelden.
Unsere Preise umfassen Vollpension und Seminargebühr.

Meditatives Bogenschießen

15.07. bis
16.07.2022



Evangelisches Bildungs-
und Tagungszentrum
Bad Alexandersbad

Das Leben entfalten!

Meditatives Bogenschießen

Geht es im Leben darum, sich ständig hohe Ziele zu setzen und diese zu erreichen? Der Zeitgeist drängt uns in diese Richtung, und vordergründig gesehen scheint das auch die Botschaft des Bogenschießens zu sein: Weiter, höher, schneller. Aber immer mehr Menschen fühlen sich von dieser Mentalität überfordert und kommen an ihre Grenzen.

Das Meditative Bogenschießen ermöglicht die Erfahrung, dass es auch anders geht: Nach dem Auszug des Bogens kommt das Loslassen. Nach der Anspannung die Ruhe. Nach der Aktion die Meditation. Zugleich fördert es die innere Ausgeglichenheit und verbessert die Lebensqualität. Methodisch arbeiten wir daneben mit meditativen Impulsen, Zeiten der Stille, Feedback und Gesprächen in der Gruppe.

Der Leiter des Kurses, Dr. Haringke Fugmann, ist Pfarrer der Evang.-Luth. Kirche in Bayern. Er wurde als Kind in Papua-Neuguinea in das traditionelle Bogenschießen eingeführt.

Leitung	Dr. habil. Haringke Fugmann, Kirchenrat PD, Bayreuth
Termin	Fr., 15.07.2022, 14.00 Uhr bis Sa., 16.07.2022, 17.00 Uhr
Kosten	140,- EUR im Einzelzimmer 130,- EUR im Doppelzimmer 20,- EUR Materialkosten

Programmablauf:

Freitag, 15. Juli 2022

- ab 13.45 Kaffee und Kuchen
- 14.15 Begrüßung und Vorstellungsrunde
- 15.00 Einführung in Theorie und Praxis des Meditativen Bogenschießens
- 18.00 Abendessen
- 19.00 Meditation und Bogenschießen
- 20.30 Abschluss und Segen

Samstag, 16. Juli 2022

- 8.00 Frühstück
- 9.00 Meditation und Bogenschießen
- 10.15 Pause
- 10.30 Meditation und Bogenschießen
- 12.00 Mittagessen
- 14.00 Theoretische Vertiefung
- 15.00 Meditation und Bogenschießen
- 16.30 Auswertung und Feedback
- 17.00 Abschluss und Segen

Die Ausrüstung kann vor Ort geliehen werden (in den „Materialkosten“ inbegriffen). Allerdings ist zu bedenken, dass Naturmaterialien (wie Leder, Federn, Holz) nicht völlig keimfrei gereinigt werden können. Wer diesbezüglich aus Gründen des Infektionsschutzes Bedenken hat, kann eine eigene Ausrüstung mitbringen. Bei Fragen dazu kann der Referent gerne vorab kontaktiert werden.

Ihre Anmeldung

Anmeldung zum Seminar „Meditatives Bogenschießen“
15. bis 16. Juli 2017
Evangelisches Bildungszentrum Bad Alexandersbad

Teilnehmerbeitrag:

DZ: 130,- Euro
EZ: 140,- Euro
Materialkosten: 20 EUR

Anmeldeschluss: Freitag, 01. Juli 2022

Name:

Vorname:

Straße:

PLZ: **Ort:**

Telefon:

E-Mail:

- Ich wünsche vegetarische Kost
 besondere Hinweise

- Doppelzimmer Einzelzimmer

Mit Ihrer Seminaranmeldung akzeptieren Sie unsere Allgemeinen Geschäftsbedingungen. Insbesondere auf die Stornobedingungen weisen wir explizit hin. Wir empfehlen den Abschluss einer Seminarversicherung (z. B. ERV).

Buchung und Information unter:
09232 9939-0
per E-Mail: info@ebz-alexandersbad.de
oder über unsere Homepage: www.ebz-alexandersbad.de