

„Ich gestalte Räume, nicht mit Mauern, sondern mit dem Bogen, mit meiner Leidenschaft für die Menschen und dem Wachstum, dem größer werden.“

(Svenja Kormann)



Meditatives Bogenschießen

Sonntag, 10. September 2023

10.00 bis 16.00 Uhr

Ort:

Gemeindezentrum St. Maximilian Kolbe

Veranstalter:

**Kath. Pfarrei St. Maximilian Kolbe
Müllerweg 20, 63165 Mühlheim/Main**

Meditatives Bogenschießen - eine innere Haltung einüben

Bogenräume erkunden

Intuition, Konzentration, sich auf sich selbst fokussieren, und im richtigen Moment loslassen können: Darauf kommt es nicht nur beim Bogenschießen an, sondern auch in unserem Leben. Das Bogenschießen bietet uns die Möglichkeit, uns selbst und unsere eigene Mitte wieder- zu entdecken, und gestärkt in unseren Alltag zurückzukehren.

Beim faszinierenden Umgang mit Pfeil und Bogen geht es um Konzentrationsfähigkeit, das Wahr-

nehmen der eigenen körperlichen aber, auch und besonders, geistigen! Kraft, eine klare Ausrichtung auf ein Ziel. Im Wechsel zwischen Spannung und Entspannung den richtigen Augenblick zum Lösen des Pfeils zu finden.

Die Frage nach den Spuren Gottes im eigenen Leben, und das Vertrauen in Gottes Nähe werden Wegbegleiter und Kraftquelle an diesem außergewöhnlichen Tag sein.

Elemente des Tages:

Einstimmung, Einführung in den Bewegungsablauf und Übergabe der Bögen, erste Pfeile schießen, meditative Impulse, Reflexion

Kursleitung: Svenja Kormann

Trainerin für meditatives u. therapeutisches Bogenschießen

Kosten: 80 Euro

Anmeldung: bis 31.08.23 unter:

michael-stumpf@online.de; Tel.: 01749133932

In Zusammenarbeit mit
www.lyrik-aus-dem-leben.de