



ANMELDEFRISTEN

Um Stornogebühren zu vermeiden, bitten wir um baldige Anmeldung bis spät. 22. Juli 2025. Solange freie Plätze zur Verfügung stehen sind Nachmeldungen bis 21. September 2025 möglich.

KURSANMELDUNG

Bitte melden Sie sich digital über die Homepage des Zentrums Tabor www.tabor.jetzt an. Falls eine digitale Anmeldung nicht möglich sein sollte, oder bei Fragen, wenden Sie sich gerne an das Zentrum Tabor, Strombergstraße 11, 70188 Stuttgart Sekretariat: Tel. 0711/2633-1291 Email: Bieg.i@caritas-dicvrs.de Per E-mail erhalten Sie eine Anmeldebestätigung und nach Ablauf der Anmeldefrist eine Teilnehmendenliste und ggf. weitere Informationen zur Veranstaltung.

ARBEITSZEIT

Diese Veranstaltung ist eine spirituelle Fortbildung. Nach AVR § 10 Abs. 5 wird dafür pro Jahr eine Arbeitsbefreiung von bis zu 3 Tagen unter Fortzahlung der Bezüge gewährt. Bitte sprechen Sie mit Ihrem Dienstgeber über eine Beteiligung an den Kosten. Für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des DiCV werden die Kosten der Veranstaltung entsprechend der Regelungen für spirituelle Fortbildungen übernommen.

Caritasverband der Diözese Rottenburg-Stuttgart e.V.

tabor

ZENTRUM FÜR KARITATIV-DIAKONISCHE SPIRITUALITÄT

Strombergstraße 11, 70188 Stuttgart
www.tabor.jetzt

VERANTWORTLICH

Alexander Bair
Tel. 0711/2633-1294
Bair.a@caritas-dicvrs.de

SEKRETARIAT

Iris Bieg
Tel. 0711/2633-1291
Email: Bieg.i@caritas-dicvrs.de

BÜROZEITEN

Dienstag: 9–12.30 Uhr
Mittwoch & Donnerstag:
9–12.30 Uhr und 14–17.30 Uhr

Das Zentrum Tabor ist eine Einrichtung des Caritasverbands der Diözese Rottenburg-Stuttgart.



ALLES ZIELT AUF DIE EIGENE MITTE

Tage der Achtsamkeit
mit Bogenschießen

15.–17. Oktober 2025

Bildungshaus St. Luzen, Hechingen



tabor

Zentrum für
karitativ-diakonische
Spiritualität



Im Treiben des Alltags sind wir Menschen oft wie angetrieben, engagieren uns bei der Arbeit, in der Freizeit, in der Familie und im Freundeskreis. Dabei scheint es, als hätten wir keine Zeit, auf unsere ureigenen Impulse und Möglichkeiten zu hören.

Die Tage im Klostergarten von St. Luzen laden dazu ein, sich beim Bogenschießen bewusst Zeit zu nehmen, der eigenen Intuition Raum zu geben und sie als Wegweiser zur eigenen Mitte zu nutzen. Diese Tage aktivieren ureigene Kraftquellen und führen zu Ruhe und Gelassenheit.

Das intuitive Bogenschießen regt dazu an, eigene Stärken zu spüren, Unsicherheiten wahrzunehmen, Freude zu empfinden und sich in einer Dynamik von An- und Entspannung im Klostergarten zu erholen. Der Weg des Bogens unterstützt uns, Körper und Geist in Einklang zu erleben. Im Verlauf der Tage gibt es Gelegenheit, sich mit anderen auszutauschen und der eigenen Spiritualität auf der Spur zu sein.

LEITUNG UND BEGLEITUNG

DR. BEATE THALHEIMER

Bildungsreferentin, Supervisorin, Coach, Prozessbegleiterin und zertifizierte Anleiterin für intuitives, meditatives und therapeutisches Bogenschießen

ALEXANDER BAIR

Referent Tabor, Theologe

GESTALTUNGSELEMENTE DIESER TAGE SIND

Die Achtsamkeitstage bieten durch intuitives Bogenschießen die Möglichkeit,

- einfach da zu sein und zur eigenen Mitte zu finden.
- wahrzunehmen, wie ich derzeit da stehe
- Spannung aufzubauen und loszulassen
- der eigenen Intuition zu folgen und ihr Aufmerksamkeit zu schenken
- Körper und Geist bewusst wahrzunehmen
- das Loslassen zu üben
- die eigenen Kraftquellen für den persönlichen und beruflichen Alltag zu stärken
- anderen Menschen im Erfahrungsaustausch zu begegnen

Um eine individuelle Anleitung und Begleitung zu gewährleisten, nehmen nicht mehr als 12 Personen teil. Es werden keine Vorkenntnisse erwartet. Eine Hinführung zum Umgang mit Pfeil und Bogen erfolgt zu Beginn durch die Referentin.

ZEITLICHER RAHMEN

Beginn: Mittwoch, 15. Oktober 2025, 12 Uhr

Ende: Freitag, 17. Oktober 2025, 16 Uhr

KURSORT

Bildungshaus St. Luzen

Klostersteige 6, 72379 Hechingen

Tel. 07471/9341-0

<https://www.luzen.de>

TEILNAHMEGEBÜHR

550 Euro. Darin enthalten: Kurs- und Bogenleihgebühr, Verpflegung und Übernachtung im Einzelzimmer.

HINWEIS

Die Tage der Achtsamkeit mit Bogenschießen finden in Kooperation mit refugium, dem Auszeitprogramm der Seelsorge der St. Elisabeth-Stiftung, statt.

