

Fortbildung

27.04.2026 12:00 Uhr - 29.04.2026 16:00 Uhr

Alles zielt auf die eigene Mitte

Tage der Achtsamkeit mit Bogenschießen

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 des Bildungshauses Schöntal 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.

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.

Um Stornogebühren zu vermeiden, bitten wir um baldige Anmeldung bis zum Anmeldeschluss 22. Januar. Sollten danach noch freie Plätze zur Verfügung stehen, ermöglicht eine Nachmeldefrist bis 13. April weitere Anmeldungen.

Zielgruppe:

Termin:

27.04.2026 12:00 Uhr - 29.04.2026 16:00 Uhr

Kosten:

570 EUR

Darin enthalten: Kurs- und Bogenleihgebühr, Unterkunft mit Vollpension im EZ.

Veranstaltungsort:

Bildungshaus Kloster Schöntal

Klosterhof 6

74214 Schöntal

Referent(inn)en:

Dr. Beate Thalheimer (Bildungsreferentin, Supervisorin, Coach, Prozessbegleiterin und zertifizierte Anleiterin für intuitives, meditatives und therapeutisches Bogenschießen)

Alexander Bair (Referent Zentrum Tabor, Theologe/Pastoralreferent, Bibliodramaleiter)

Ansprechpartner:

Iris Bieg (bieg.i@caritas-dicvrs.de, +49 (711) 2633-1291)

Veranstalter:

Tabor Zentrum für karitativ-diakonische Spiritualität