

Den Bogen spannen, um zu entspannen

Intuitives Bogenschießen und Achtsamkeit (Vertiefungsseminar gemäß PräVO)

Im Alltag stoßen wir immer wieder an Grenzen. Einerseits fordern sie uns und lassen Kreativität und Kraft lebendig werden, andererseits können sie uns überfordern und erkranken lassen.

Durch die Methode des meditativen Bogenschießens werden wir dem Sinn und der Bedeutung von Forderndem in unserem Leben einmal anders begegnen.

Eine gute (Körper-)Spannung aufbauen und ein Ziel in den Blick nehmen: So soll kreative Forderung in uns gestärkt werden, ohne dabei den Bogen zu überspannen.

Vorerfahrungen mit Pfeil und Bogen sind nicht erforderlich! Die Veranstaltung ist für Einsteiger_innen im Bogenschießen geeignet. Bitte bequeme und wetterfeste Freizeit-/Sportbekleidung mitbringen, da das Seminar draußen stattfindet.

Das Seminar wird in Kooperation mit dem DJK Sportverband – Diözesanverband Köln, DJK vital gGmbH durchgeführt. Die Fortbildung kann zusätzlich als Inhouse-Seminar über uns vermittelt werden.

Nummer

23222-239

Datum

08.09.2022

Zeit

10:00 - 16:30 Uhr

Ort

Haus Venusberg e. V.
Patricia Scheuer-De Smedt
Haager Weg 28 - 30
53127 Bonn

Zielgruppen

Mitarbeitende aus den Bereichen der Schuldner- und Insolvenzberatung, allgemeinen Sozialberatung, Wohnungslosenhilfe und gesetzliche Betreuungen

Referent/in

Nicolas Niermann
Sport- und Bildungsreferent

Teilnehmende (max.)

8

Reduzierter Preis für Mitgliedsorganisationen

85.00 €

Normaler Preis für Externe

105.00 €

Bildungspunkte (ECTS)

0.60

Pflegepunkte (RbP)

8.00

Hinweis

Die Veranstaltung ist gemäß der Präventionsordnung als Vertiefungsschulung anerkannt.

Ansprechpartner/in

Heike Lammertz-Böhm

Verpflegung

Getränke und Mittagessen

Unterrichtsstunden

8

Material

Bitte bringen Sie eingelaufene Wanderschuhe und wetterfeste Kleidung mit.

