

Anmeldung

Ich melde mich an zum Kurs

Bogenschießen als Meditation

Montag, 16. September bis
Freitag, 20. September 2019

Kurs 19/34

Name: _____

Vorname: _____

Straße: _____

PLZ: _____

Ort: _____

Tel: _____

Fax: _____

E-Mail: _____

Alter:
(freiwillig) _____

Unterschrift: _____

Der Kurs beginnt am Montag mit dem Abendessen um 18.00 Uhr und endet am Freitag mit dem Mittagessen.

Neben der Kursarbeit können auch die spirituellen Impulse, die Teilnahme an der Liturgie der Arenberger Dominikanerinnen sowie die Ruhe und Schönheit des Klosterparks Ihrer Erholung an Leib und Seele dienen. Während des Kurses ist es nicht möglich, Anwendungen im Vitalzentrum zu buchen. Um diese Angebote (z. B. Massage) nutzen zu können oder um den Kurs in Ruhe ausklingen zu lassen, empfehlen wir Ihnen, etwas früher anzureisen oder ein, zwei Tage länger zu bleiben.

Kosten

625,- € (Ü / VP / incl. Kurskosten)

Die Unterbringung erfolgt in Zimmern der Kategorie II. Auf Wunsch können Sie auch Zimmer anderer Kategorien gegen Aufpreis buchen.



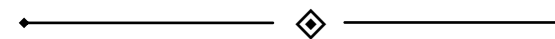
KLOSTER ARENBERG
erholen • begegnen • heilen

Cherubine-Willimann-Weg 1 • 56077 Koblenz
Tel.: 0261 / 6401-0 • Fax 0261 / 6401-3454
www.kloster-arenberg.de
E-Mail: info@kloster-arenberg.de

2019



Bogenschießen als Meditation



Mit allen Sinnen und leeren
Händen aus dem Vollen
schöpfen

16. – 20. September 2019

Bogenschießen als Meditation

meinen Stand finden

mein Ziel nehmen

spannen

und lösen

Diese vier Schritte geleitet durch meinen persönlichen Atemrhythmus geben mir Orientierung im Umgang mit Pfeil und Bogen.

In der Meditation mit Pfeil und Bogen bin ich aufgefordert, mich in meinem Körperhaus zurecht zu finden, mich ganz auf den Augenblick - jetzt - einzulassen.

Erweiternd zum Bogenschießen werden wir uns dem Hören, Sehen, Riechen und Resonieren zuwenden. Im immer neuen Spüren kann es gelingen (wieder) eine Balance zu finden zwischen außen und innen.

Was heißt es für uns, in dieser Fülle mit leeren Händen aus dem Vollen zu schöpfen?

Bitte bringen Sie wetterfeste Kleidung mit, insbesondere wasserdichte Schuhe und bequeme Kleidung fürs Haus.

Bögen unterschiedlicher Stärke werden zur Verfügung gestellt, Sie können aber auch gern den eigenen Bogen mitbringen.

Kursleitung

Andrea Lohmann
(Erwachsenenbildnerin)