

Bogenschießen

Der Weg zur eigenen Mitte

Suchst Du...

- ein besonderes Hobby?
- eine neue Erfahrung?
- eine Auszeit vom Alltag?
- einen behutsamen Weg zu mehr Bewegung?

Wenn Du das **traditionelle Bogenschießen** in ruhiger Atmosphäre kennenlernen möchtest, melde Dich einfach bei mir.

Bogenschießen erleben

Ich möchte Erwachsenen die Möglichkeit geben, das **Bogenschießen** auszuprobieren und vielleicht für sich zu entdecken – ohne unnötigen Leistungsdruck, dafür mit **Zeit** für einen sicheren Umgang, die eigene **Wahrnehmung** und bewusste **Bewegungsabläufe**.

Je nachdem, wie intensiv Du einsteigen möchtest, gibt es drei aufeinander aufbauende Möglichkeiten:

Basiskurs – Aufbaukurs – BogenErleben



Ankommen · Durchatmen · Loslassen



WAS DICH ERWARTET

- Ein achtsamer Einstieg ins **Bogenschießen**
- Aufbauende Kursstruktur vom Basiskurs bis zum regelmäßigen Üben
- **Keine Vorkenntnisse** nötig
- **Ausrüstung** wird im Kurs komplett gestellt
- Das Angebot findet im Freien statt
- Ort: 18510 Wittenhagen



KURSPROGRAMM - GRUNDLAGEN

- **Individuelle Einzeltermine** nach Absprache
- **Basiskurs:** 1 x 2,5 h | **15 € pro Person**
Inhalt: Ankommen, Sicherheit, Materialkunde, Erste praktische Erfahrungen mit Pfeil und Bogen
- **Aufbaukurs:** 3 x 2,5 h | **35 € pro Person**
Inhalt: Technik und Varianten, Schussablauf festigen, Körperwahrnehmung, anwenden und auswerten



BOGENERLEBEN – ZEIT ZUM ÜBEN

Nachdem Du die Grundlagen gelernt hast, kannst Du immer wieder Bogenschießen kommen.

- **BogenErleben:** 1 x 2 Stunden | **5 € pro Person**
Hier kannst Du unter fachlicher Aufsicht das achtsame Bogenschießen praktizieren und die Grundlagen festigen. Auf Wunsch können wir hier individuelle Themen vertiefen. Dabei können zusätzliche Gebühren anfallen.



KONTAKT

Telefonisch und über **WhatsApp** erreichst Du mich unter meiner Festnetznummer. Oder schreibe mir einfach eine E-Mail mit Deinen Kontaktdaten.

Dann besprechen wir alles Weitere.

Telefon & WhatsApp: 038327 698859

E-Mail: kontakt@bogenmitte.de

Ich freue mich auf Dich! Conny



← BogenMitte →