

SportImPuls BOGENSCHIEßEN inklusiv

Beim Bogenschießen ist die körperliche Leistungsfähigkeit Nebensache, allein das Gefühl für den richtigen Moment und die Person im Bogen zählt. So kann jeder, unabhängig von Alter, körperlicher und geistiger Verfassung und fernab von sportlichem Sieg oder Niederlage miteinander Kraft, Entspannung und Freude erleben.

Konzentration, Spannung aufbauen, halten und zum richtigen Zeitpunkt lösen sind Elemente, die Körper und Geist stärken. Kurze Impulse verbinden Sportliches und Spirituelles.

In den Umgang mit Bogen und Pfeil wird eingeführt und die richtige Schießtechnik vermittelt. Bögen für Kinder und Erwachsene sind vorhanden.

Rahmenbedingungen / Leistungen:

Teilnehmer/innen: Jugendliche und Erwachsene ab 14 Jahren

Veranstaltungsort: Haus Venusberg, Bonn

Verpflegung: Mittagessen

Referentin: Nicolas Niermann, Sportwissenschaftler
Trainer für Meditatives Bogenschießen

Bekleidung: bequeme, wetterfeste Freizeit-/ Sportbekleidung für draußen

Teilnehmerzahl: mind. 12 Pers., max. 12 Pers.

Termin: Samstag, 04. September 2021 von 10.00 bis 16.00 Uhr

Kosten: 25.- EUR Jugendliche ab 14 Jahre, 45.- EUR Erwachsene

Anmeldeschluss: 23.06.2021 ([bitte immer schriftlich oder per E-Mail anmelden*](#))

Schriftliche Anmeldungen bitte an die DJK-Geschäftsstelle:

Am Kielshof 2, 51105 Köln

Tel.: 0221 / 99 80 84 0

Fax: 0221 / 99 80 84 19

E-Mail: info@djkdvkoeln.de

