

Kursleitung

Tom Seidel

Krankenpfleger, Baden-Baden

Mirjam Schneckenburger

Ergotherapeutin, Baden-Baden

Teilnehmerkreis

alle Interessierten

Teilnehmerzahl

12 Personen

Termin

Samstag, 26.07.2025, 09:00 Uhr bis

Sonntag, 27.07.2025, 13:00 Uhr

Kursgebühr

485,00 € inkl. Unterkunft und Verpflegung

435,00 € inkl. Verpflegung

Anmeldung und Information

Bildungswerk Irsee

Klosterring 4

87660 Irsee

Tel.: +49 (0)8341 906-608 oder -604

Fax: +49 (0)8341 906-605

E-Mail: info@bildungswerk-irsee.de



Veranstaltungsort

Kloster Irsee

Schwäbisches Tagungs- und Bildungszentrum

Klosterring 4

87660 Irsee

Tel.: +49 (0)8341 906-00

Sie erreichen Kloster Irsee

mit dem Auto

Von Norden wie von Süden über die A7 Ulm-Kempten, bei Memmingen auf die A96 Richtung München bis zur Ausfahrt Bad Wörishofen, hier Richtung Kaufbeuren.

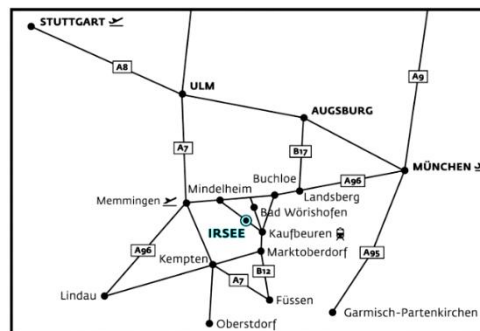
Von München und Augsburg aus in einer Stunde über die A96. Ab Ausfahrt Jengen/Kaufbeuren weiter auf der B12 bis zur Ausfahrt Germaringen/Neugablonz/Pforzen/Irsee.

mit der Bahn

Das von Irsee 7 km entfernte Kaufbeuren verfügt über günstige Zugverbindungen von und nach Augsburg, München und Zürich.

Zwischen Irsee und Kaufbeuren gibt es werktags eine stündliche Busverbindung (Irsee Haltestelle „Kriegerdenkmal“ / Busbahnhof „Kaufbeuren Plärrer“).

Von dort können Sie umsteigen in Richtung „Bahnhof Kaufbeuren“ (siehe auch www.vg-kirchweihthal.de).



Stand: 21.05.2025

Bildungswerk Irsee

www.bildungswerk-irsee.de

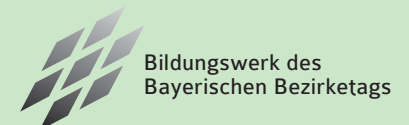
Therapeutisches Bogenschießen in der Psychosomatik

Entspannung in der Anspannung

Kurs 2735/25

26.07.2025 - 27.07.2025

Kloster Irsee



Psychotherapie & Psychosomatik

Therapeutisches Bogenschießen in der Psychosomatik (Kurs 2735/25)

Bogenschießen gibt uns die Möglichkeit, uns ganz auf uns selbst zu konzentrieren und völlig im Hier und Jetzt zu sein. Gleichzeitig bringt es uns spielerisch und mit Freude in Kontakt mit unserem Inneren. Schon nach kurzer Zeit erleben wir erste Erfolge und das Gefühl der Selbstwirksamkeit.

Die aufrechte Körperhaltung wirkt nicht nur während des Schießens, sondern oft noch eine ganze Weile im Alltag nach.

Bogenschießen wird schon in vielen Kliniken, jedoch häufig ausschließlich unter sporttherapeutischen Gesichtspunkten angeboten.

Der Kurs möchte das Potential für die psychotherapeutische Anwendung aufzeigen.

Zu Beginn steht ein ausführlicher theoretischer Vortrag mit den Inhalten: sicherheitsrelevante Aspekte, kurze Geschichte des Bogenschießens und grundlegende Technik.

Im Anschluss haben die Teilnehmenden die Möglichkeit, den Bogen selbst in die Hand zu nehmen und eigene Erfahrungen zu machen. Im Praxisteil lernen die Teilnehmenden Schritt für Schritt den Umgang mit Pfeil und Bogen und es werden konkrete mögliche therapeutische Interventionen vermittelt.

Der Kurs richtet sich an alle Altersklassen und Berufsgruppen. Dabei ist unerheblich, ob man bereits Bogen schießt oder mit diesem Sport bisher nicht in Berührung gekommen ist.

Eventuell vorhandenes eigenes Equipment darf selbstverständlich gerne mitgebracht werden.

Samstag, 26.07.2025

09:00 Uhr	Theoretische Einführung ins Bogenschießen
10:30 Uhr	Kaffeepause
11:00 Uhr	Praktische Einführung ins Bogenschießen
12:30 Uhr	Mittagessen
14:00 Uhr	Praktische Vermittlung psychotherapeutischer Inhalte (mit Selbsterfahrung)
15:30 Uhr	Kaffeepause
16:00 – 17:30 Uhr	Praktische Vermittlung psychotherapeutischer Inhalte (mit Selbsterfahrung)
18:00 Uhr	Abendessen

Sonntag, 27.07.2025

07:00 Uhr	Frühstück
09:00 Uhr	Selbstständige Anwendung praktischer Inhalte (unter Anleitung)
10:30 Uhr	Kaffeepause
11:00 Uhr	Selbstständige Anwendung praktischer Inhalte (unter Anleitung)
12:30 Uhr	Mittagessen

(Änderungen vorbehalten)

Themen und Inhalte

- Theoretische und praktische Grundlagen des therapeutischen Bogenschießens
- Intuitives Bogenschießen
- Therapeutische Anwendungsmöglichkeiten in Theorie und Praxis

Hinweis:

Bitte bequeme, wettergerechte Kleidung mitbringen!