A2501550 Bogenschießen 2.0 - Konzentration, Koordination und Entspannung fördern

Beginn	Freitag, 16.05.2025, 16:00 - 20:00 Uhr
Kursgebühr	42,00 € inkl. Leihgebühr für die Ausrüstung.
Dauer	1 Termin
Kursleitung	Outdoor Oberberg e. V.
Kursort	, Rudolf-Harbig-Str. 18-20, 51702 Bergneustadt

In diesem Kurs werden die Teilnehmenden zunächst in das traditionelle Bogenschießen eingeführt. Hier stehen neben Konzentration und Achtsamkeit auch Aspekte der Entspannung und Meditation im Vordergrund.
Anschließend erleben die Teilnehmenden in verschiedenen Trainingsformen, wie Bogenschießen auch die eigene Körperbeherrschung, insbesondere Koordination und spielerische Freude intensiv fördern kann.

Nach einer Einführung in den traditionellen Umgang mit dem Langbogen werden die Anwendungen Schritt für Schritt um verschiedene Bewegungen angereichert. Verschiedene Teamaktionen mit dem Bogen, sowie überraschende Herausforderungen und lustige Aufgaben erweitern dabei die erworbenen Fähigkeiten!

Bitte tragen Sie bei diesem Outdoor-Kurs dem Wetter angepasste Kleidung!

Bei sehr schlechtem Wetter könnte die Veranstaltung ausfallen. Bitte geben Sie bei der Anmeldung eine Telefonnummer und E-Mail-Adresse an, unter der Sie kurz vor der Veranstaltung erreichbar sind.

Termine

Datum	Uhrzeit	Ort
16.05.2025	16:00 - 20:00 Uhr	Bergneustadt, Natursportzentrum Parkplatz Rudolf-Harbig-Str. 18-20