

Tages-Workshop

INTUITIVES BOGENSCHIESSEN

Sich zentrieren, sich einer inneren Führung anvertrauen, sich seiner Potenziale und seiner Ziele bewusst werden - das alles beinhaltet das intuitive Bogenschießen.

Die
**ALLGÄUER
BERGWELT**
ist der ideale
Ort dafür!



MIT RUHE UND GELASSENHEIT
DAS ZIEL IM BLICK.



»Hast du den Bogen, den Pfeil und das Ziel begriffen, sind nur noch Gelassenheit, Eleganz und Intuition vonnöten, um Schießen zu lernen.«

Paolo Coelho, Der Weg des Bogens (etwas abgewandelt)



WIE PROFITIEREN SIE VON DIESEM WORKSHOP?

PRÄSENZ

ACHTSAMKEIT

EINLASSEN

VERTRAUEN

GELASSENHEIT

ZULASSEN

LOSLASSEN

FLOW-ZUSTAND

FREUDE

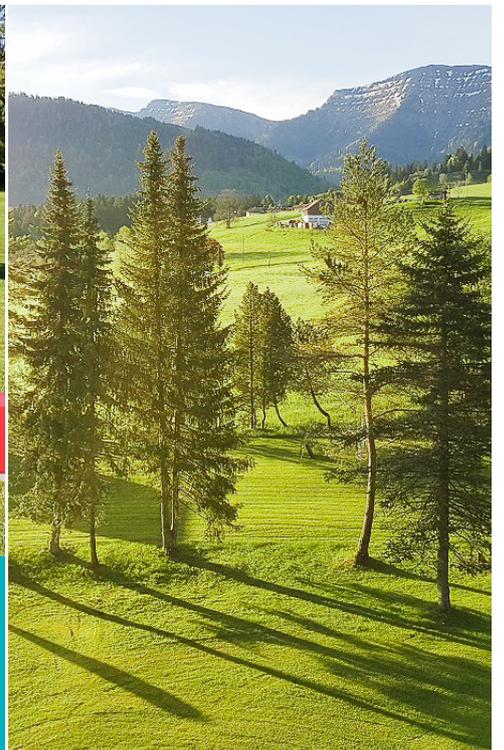
INSPIRATION

BEWUSSTHEIT

Was fasziniert uns an dem Spiel mit Pfeil und Bogen? Die Eleganz und die Ästhetik, die Kraft und die Konzentration, die innere Ruhe und die Gelassenheit, die Standpunktfindung und die Souveränität, die Achtsamkeit und das Loslassen, die Selbstwirksamkeit und die Selbsterkenntnis, die Orientierung und die Balance der Anspannung und Entspannung mit der sich der Bogenschütze auf ein Ziel fokussiert? All das, was in unserem realen Leben wichtig ist.

In unserem Workshop für intuitives Bogenschießen, wollen wir diese Fähigkeiten, die in uns allen vorhanden sind, wecken, schulen und wieder in unser tägliches Leben integrieren. Die einzelnen Elemente des Bewegungsablaufes werden mit großer Sorgfalt, Bewusstheit und Achtsamkeit erlernt. Wir trainieren schrittweise einen stimmigen und harmonischen Ablauf, ohne Leistungsdruck oder Erfolgszwang. Eingebunden in Intuitionsübungen, Meditation und Wahrnehmungstechniken üben wir in einer entspannten und geschützten Atmosphäre und integrieren auch berufliche und persönliche Themen.

Intuitives Bogenschießen ist eine Methode, die uns Erfahrungen auf eine besondere Art und Weise ermöglicht. Wir schulen die Wahrnehmung, erkennen bestimmte Muster und übertragen die Erkenntnisse in unseren beruflichen Alltag. Diese neu erlernten Verhaltensweisen können dann auf jede beliebige Situation übertragen und zu jeder Zeit abgerufen werden.



WOBEI UNTERSTÜTZT SIE DER WEG UND DIE WEISHEIT DES BOGENS?

- 🎯 Entscheidungen situativ und stimmig treffen
- 🎯 Emotionen neue Wege eröffnen
- 🎯 Prioritäten richtig setzen
- 🎯 Körper und Geist sind im Einklang
- 🎯 Selbstvertrauen und Körpergefühl stärken
- 🎯 Begeisterung für gemeinsames Engagement
- 🎯 Vertrauen auf die eigene Fähigkeit
- 🎯 Erweckung des inneren Führers
- 🎯 Selbstsicheren Ausdruck finden
- 🎯 Unerwartetes erfolgreich managen

Der Krieger in uns - die innere Kraftquelle - der Rebell

Der Krieger zeigt unsere widerspenstige, aufsässige Seite. Er entscheidet intuitiv und beginnt damit die Rebellion. Da er intuitiv handelt, verweigert er sich der Konstruktion aus Logik, Daten, Sachverhalten und Argumenten. Er nutzt Verstand und Gefühl und bildet daraus seine Weltanschauung. Entwickelt auf dieser Basis seine Haltung aus der er seine Stärke gewinnt. Über den Verstand, der Ratio schafft er die erforderliche Distanz. Den Blick von außen auf die Welt. Während er über die Intuition, das Gefühl, aus dem Leben, aus seinen Erfahrungen, aus der Weisheit und der Verbindung zu einer höheren Instanz schöpft. Der Krieger entscheidet aus dem Herzen und kennt die wichtigsten Antworten. Aus dieser Gewissheit heraus schöpft er die Kraft für seinen Kampf.



WORKSHOP-INHALTE

Ein mentales und körperliches Workout mit dem Fokus auf Achtsamkeit, Konzentration und Stressabbau.

Das bewusste Spüren Ihres Körpers, Ihrer Gefühle und Ihrer Bewegungen steht vor den rein optischen Eindrücken. Wir lernen in der Erfahrung, was unsere Atmung, bewusstes Wahrnehmen von An- und Entspannung bewirken kann. Es zeigt sich wie wohlige und nicht so wohligen Gefühle und ein harmonischer Bewegungsablauf wirken, um diese dann auch in unseren Alltag zu integrieren. Ein Startschuss auf dem Weg zum wahren „ICH“.

TEIL 1

ACHTSAMKEITSÜBUNGEN MIT PFEIL UND BOGEN

Hier geben wir Raum, um unterschiedliche Aspekte des intuitiven Bogenschießens kennenzulernen:

- 🎯 Kennenlernen der Unterschiede vom statischen Bogenschießen zum bewegten Bogenschießen
- 🎯 Anwenden und Optimieren des eigenen Könnens mit Pfeil und Bogen
- 🎯 Festigen der grundlegenden Techniken des intuitiven Bogenschießens
- 🎯 Permanente Selbstreflexion, Austausch in der Gruppe, Feedback von Trainern und der Gruppe

TEIL 2

INTUITIONSÜBUNGEN OHNE PFEIL UND BOGEN

Hier geben wir Raum, um den Zugang zur Intuition, zum inneren Wissen zu öffnen:

- 🎯 Der Raum der kreativen Stille - sich öffnen können für Neues
- 🎯 Den Körper als hochinteressantes, hochintuitives und intelligentes Instrument nutzen
- 🎯 Alle Aspekte des Seins integrieren und über sich hinauswachsen – in die wahre Identität
- 🎯 Kreativer Umgang mit äußeren Geschehen und inneren Prozessen
- 🎯 Permanente Selbstreflexion, Austausch in der Gruppe, Feedback von Trainern und der Gruppe

ANMELDEINFORMATIONEN

Im Preis enthalten ist die Nutzung von Leihmaterial wie Pfeil und Bogen, Armschutz und Handschuhe. Die Bogen-Ausrüstung wird an die körperlichen Voraussetzungen der Teilnehmer angepasst. Gerne dürfen auch eigene Bögen und Pfeile verwendet werden. Es werden feste Schuhe und wetterfeste und bequeme Kleidung empfohlen.



Trainer - **Stephan Dachtler**
Motivator mit Pfeil und Bogen



Trainerin - **Andrea Velina**
Intuitionsexpertin

Führungsverantwortliche, Unternehmer, Kreativschaffende,
Berater, Coaches, Teams, Pädagogen, Interessierte

Zielpublikum

Samstag, 22.09.18
Samstag, 29.09.18

Uhrzeit
9:00 - 17:00

Euro 297,-- je Termin / pro Person - Die Gebühr ist spätestens 4 Wochen vor dem Termin vollständig zu überweisen, die Zahlung gilt als Anmeldebestätigung; Damit ist die Buchung verbindlich.

Kosten

Golf- & Alpin Wellness Resort Hotel Ludwig Royal
Im Dorf 29 | D-87534 Oberstaufen-Steibis
T: +49 8386-8910 | Fax: +49 8386-891317
info@hotel-ludwig-royal.de | www.hotel-ludwig-royal.de

Ort
Bitte buchen Sie Ihre Übernachtungen direkt mit dem Hotel über unser vorhandenes Kontingent!

velina Kommunikation & Design - Andrea Velina
T: +49 8382 604 97 72
info@velina.de | velina.de

Kontakt

velina Kommunikation & Design

Andrea Velina

Hintere Metzgergasse 2

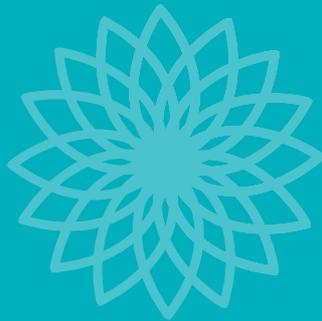
D-88131 Lindau

T +49 8382 604 97 72

info@velina.de

velina.de

STRATEGISCHE KOMMUNIKATION
VISUELLE KOMMUNIKATION
CONSULTING • COACHING • TRAINING



ERFOLGreich handeln & kommunizieren