



Alles Wichtige im Überblick

Leitung: Andrea Lohmann

Beginn: Freitag, 11.05., 18.00 Uhr

Ende: Sonntag, 13.05., 13.30 Uhr

Kosten:

Kursgebühr und Verpflegung: 125,00 €

Zzgl. Übernachtungskosten

Einzelzimmer: 60,80 €

Doppelzimmer: 38,20 €/p.P.

Anmeldung:

bis spätestens 27.04.2012

Als gemeinnütziges Bildungshaus danken wir Ihnen für Ihre Spende:
Kreissparkasse Heilbronn, Kto. 013607 342, BLZ 620 500 00

Anmeldung

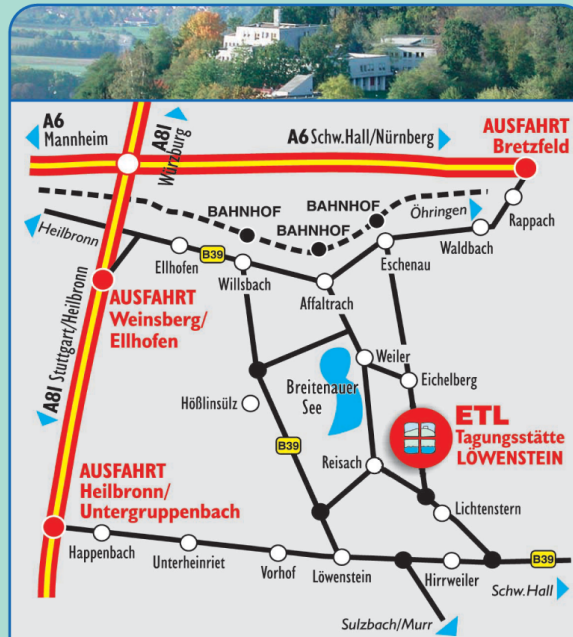
Mit beiliegender Karte, telefonisch,
per Fax oder E-Mail.

Datenschutzhinweis:

Wie speichern Daten ausschließlich zur internen Verwendung.
Auf der ausgelegten Liste der Teilnehmenden erscheinen
folgende Angaben: **Name, Vorname, Adresse, Tel.-Nr.**

Rücktritt: Falls Sie wider Erwarten nicht teilnehmen können,
melden Sie bitte baldmöglichst ab. Sie ermöglichen dann
anderen die Teilnahme.

- Bei Abmeldung bis 2 Wochen vor Tagungsbeginn berechnen wir eine Verwaltungsgebühr von Euro 5,- pro Person und Tag.
- Bei späterer Abmeldung müssen wir Ihnen allerdings eine Ausfallgebühr von 50 % der Kosten in Rechnung stellen.
- Wenn wir keine Abmeldung von Ihnen erhalten, fallen die gesamten Kosten an.
- Wir bemühen uns um eine für Sie möglichst kostengünstige Lösung: Sollte eine andere Person Ihren Platz einnehmen, entstehen Ihnen keine Kosten.



So erreichen Sie uns:

Die ETL ist direkt und regelmäßig mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar:

Vom Hauptbahnhof Heilbronn bzw. aus Richtung Crailsheim/ Schwäb. Hall mit der Stadtbahn S4 bis zur Bahnstation Obersulm-Willsbach, von dort mit dem Bus (636) bis zur Tagungsstätte.

Genauere Bahn- und Busfahrzeiten bitte anfragen oder dem Internet unter www.efa-bw.de entnehmen.

Bei der **PKW-Anreise** orientieren Sie sich auf den Breitenauer See zu.

Dann folgen sie dem Schild „Tagungsstätte“.



Mitglied des
Kreisbildungswerks HN



Seit 2001
Nagelkreuzzentrum

Evangelische Tagungsstätte Löwenstein

Altenhau 57 · 74245 Löwenstein-Reisach

Telefon: 07130 4848 - 0

Telefax: 07130 4848 - 499

E-mail: info@tagungsstaette-loewenstein.de

Internet: www.tagungsstaette-loewenstein.de

Meditatives Bogenschießen



Achtsamkeit lernen durch Bogenschießen

Fr, 11.05. – So, 13.05. 2012

EVANGELISCHE
TAGUNGSSTÄTTE
LÖWENSTEIN

ETL



Das Tagungshaus

in der schwäbischen Toskana

Achtsamkeit lernen durch Bogenschießen

meinen Stand finden
mein Ziel nehmen
Spannung aufbauen
und lösen

Bogenschießen geschieht in diesem immer wiederkehrenden Ablauf und wird begleitet durch den bewussten Atem der Übenden. Diese Art des Bogenschießens wird als ein klassischer Übungsweg im Zen gelehrt als eine Form der Meditation.

In der Achtsamkeit mit sich und dem Bogen können Räume frei werden, seine eigene Mitte (wieder) zu entdecken.

An diesem Wochenende werden wir uns mit den Erfahrungen auseinandersetzen, die möglich werden, wenn wir unsere "unvertraute" Hand bzw. Körperhälfte einsetzen. Was ist mir möglich, wenn ich als Rechtshänderin meine Linke benutze und umgekehrt?

Durch Wahrnehmungsübungen, Meditation, thematische Einheiten und das Bogenschießen können wir unseren Antworten auf die Spur kommen.

Sie üben mit Sportbögen unterschiedlicher Stärke, die zur Verfügung gestellt werden.

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung für die Meditation mit, für die Witterung entsprechende Kleidung und wasserdichte Schuhe.



Andrea Lohmann

- Bankkauffrau dann Erzieherin
- Ausbildung in
Themenzentrierter Interaktion
nach Ruth Cohn (TZI- Diplom)
- Weiterbildung im
Bogenschießen bei Kurt Österle
- Seit 2000 als Referentin in der
Erwachsenenbildung
selbstständig tätig

Zeiten des Hauses:

8.00 Uhr	Morgenandacht
8.15 Uhr	Frühstück
12.15 Uhr	Mittagessen
14.30 Uhr	Kaffee und Kuchen
18.15 Uhr	Abendessen

Außerdem laden wir Sie recht herzlich zum Friedensgebet am Freitag, um 18.00 Uhr ein.

