



# Bogenschießen mit Beate Thalheimer



## Deinen Weg des Bogens gehen

- \* **Ruhe, Gelassenheit, Tiefe erfahren**
- \* **in einem freundlichen Kontakt mit sich selbst sein**
- \* **Neues ausprobieren und mehr innere Freiheit gewinnen**

### Intuitives, achtsames und spirituelles Bogenschießen

an besonderen Orten :  
Klostergarten Schöntal, Künzelsau  
Klostergarten St. Luzen, Hechingen  
Bogenplatz Schützenverein, Höfendorf  
Haus Bittenhalden, Meßstetten  
-> **Programm siehe folgende Seiten**

### Supervision und Coaching

beziehen sich auf die eigene berufliche Tätigkeit. Mit Pfeil und Bogen Herausforderungen, Konflikte, Entscheidungssituationen, Entwicklungs- und Veränderungswünsche unmittelbar wahrnehmen und neue Sichtweisen und Wege entwickeln.

### Gemeinsam unterwegs auf dem Weg des Bogens

in einer Gruppe, im Team – zum einen sich selbst entspannt, in Ruhe und Kraft erleben und zudem die Basics einer gelingenden Zusammenarbeit und Erfahrungen im Miteinander teilen.

### Therapeutisches Bogenschießen

trägt dazu bei, eigene (innere und äußere) Haltungen, Verhaltensmuster und den Umgang mit Zielen besser zu verstehen und neue Perspektiven zu gewinnen, z.B. im Anschluss an eine Therapie oder einen Klinikaufenthalt.



Aktuelles und Informationen gibt es hier:

bei LinkedIn

<https://www.linkedin.com/in/beate-thalheimer-5760b1aa>



und hier: „Deinen Weg des Bogens gehen“

<https://www.facebook.com/groups/deinwegdesbogens>

**Dr. BEATE THALHEIMER**  
*Dem Leben auf der Spur*

Sportplatzweg 20, 72181 Starzach

<https://beate-thalheimer.com>

Mobil: 0174 32 85 85 3

Email: [kontakt@beate-thalheimer.com](mailto:kontakt@beate-thalheimer.com)

## Zur Orientierung

- ☺ Die folgenden Seminare, Achtsamkeits- und Kurzexerzitien finden an unterschiedlichen Orten statt.  
Die Anmeldung erfolgt über die jeweils angegebenen Links.
- ☺ Um eine individuelle Anleitung und Begleitung zu gewährleisten, nehmen nicht mehr als 8 – 10 Personen in einer Gruppe teil.  
Es werden keine Vorkenntnisse erwartet. Eine Hinführung zum Umgang mit Pfeil und Bogen erfolgt jeweils zu Beginn durch die Referentin.
- ☺ Für Einzelne, Gruppen und Teams ist es nach Absprache möglich, diese spezielle Form des Bogenschießens zu buchen. Gerne bespreche ich mit Ihnen mögliche Themen, Zielsetzungen und einen passenden Rahmen.
- ☺ Wer über aktuelle Entwicklungen und weitere Angebote informiert werden möchte, schickt eine Email an: [kontakt@beate.thalheimer.com](mailto:kontakt@beate.thalheimer.com) und erhält die entsprechenden Hinweise in einem newsletter, der 2 – 3 x pro Jahr versendet wird.

## NEU - Im Garten des Klosters Schöntal, Künzelsau – in Kooperation mit TABOR



### Alles zielt auf die eigene Mitte

Tage der Achtsamkeit mit Bogenschießen - **für Mitarbeiter:innen in karitativen Einrichtungen**, Anmeldefrist: 22.01.2026

Mo 27.04.2026, 12:00 Uhr - 29.04.2026, 16:00 Uhr

Im Treiben des Alltags sind wir Menschen oft wie angetrieben, engagieren uns bei der Arbeit, in der Freizeit, in der Familie und im Freundeskreis. Dabei scheint es, als hätten wir keine Zeit, auf unsere ureigenen Impulse und Möglichkeiten zu hören. Die Tage im Klostergarten des Bildungshauses Schöntal laden dazu ein, sich beim Bogenschießen bewusst Zeit zu nehmen, der eigenen Intuition Raum zu geben und sie als Wegweiser zur eigenen Mitte zu nutzen. Diese Tage aktivieren ureigene Kraftquellen und führen zu Ruhe und Gelassenheit.

Das intuitive Bogenschießen regt dazu an, eigene Stärken zu spüren, Unsicherheiten wahrzunehmen, Freude zu empfinden und sich in einer Dynamik von An- und Entspannung im Klostergarten zu erholen. Der Weg des Bogens unterstützt uns, Körper und Geist in Einklang zu erleben.

Im Verlauf der Tage gibt es Gelegenheit, sich mit anderen auszutauschen und der eigenen Spiritualität auf der Spur zu sein.

Teilnahmegebühr: Kurs- und Bogenleihgebühr, Unterkunft mit Vollpension im EZ: 570 EUR.

Weitere Informationen und Anmeldung: [Alles zielt auf die eigene Mitte](#)

# Bogenplatz und Schützenhaus Höfendorf (PLZ: 72414)



## Mir selbst auf der Spur - Achtsamkeitstag mit Pfeil und Bogen

Sa 18. April 2025, 10:00 - 16:00 Uhr

Einfach nur da sein. Wahrnehmen und erleben, was geschieht, wenn ich mir erlaube, nicht zu müssen, noch nicht einmal ein Ziel fokussieren zu müssen. Sensibel sein und werden für die stillen Impulse, die ich in mir trage und ihnen in aller Gelassenheit folgen, in aller Ruhe. Dabei (wieder) zu einer tiefen, natürlichen und eigenen Spur finden, die ich in mir trage. Neu vertrauen auf meine Intuition, meine leisen Impulse und meine Kraftquelle. Das ist möglich auf diesem Weg des Bogens.

Anmeldung an diese Emailadresse: [kontakt@Beate-Thalheimer.com](mailto:kontakt@Beate-Thalheimer.com)

Kosten: 60€ zzgl. 25€ für Haus- und Platzmiete sowie die Materialausleihe.

Für ein kleines Buffet bringen die Teilnehmer:innen etwas Leckeres zum Teilen mit.

## Im Garten des Klosters Schöntal, Künzelsau – in Kooperation mit der keb Hohenlohe

### Mit Pfeil und Bogen intuitiv und achtsam durch Veränderungen gehen

So 10. Mai 2026, 18:00 Uhr – Mi 13. Mai 2026, 13:00 Uhr

Geradezu atemberaubend und dabei vielschichtig vollziehen sich Veränderungen in persönlichen, gesellschaftlichen und globalen Zusammenhängen. Den Phänomenen alleine mit dem Verstand bei kommen zu wollen, verbaut nicht selten den Zugang zu eigenen Ressourcen, die Wegzeichen für ein gutes Leben bereit halten. Der intuitive und meditative Weg durch die Tage lädt ein, mehr innere Klarheit und neue Perspektiven zu gewinnen.

Auf faszinierende Weise verbindet sich das intuitive Bogenschießen auf dem Platz mit Impulsen aus Transformationstheorien.

In dieser Fortbildung führt der Weg auf eine persönliche Reise durch einen Veränderungsprozess. Wahrnehmung, Achtsamkeit und Intuition rücken Vordergrund, werden eingeübt und vertieft. Im Verlauf der Tage führen sie zu eigenen zukunftsorientierten Haltungen und neuen persönlichen Gestaltungsmöglichkeiten.



Zu den Elementen der Tage zählen: intuitives Bogenschießen, gemeinsame Phasen des Schweigens, in denen sich die Wahrnehmung und Intuition entfalten können, kleine Theorieinputs (z.B. aus O. Scharmers Transformationstheorie U) sowie spirituelle Impulse, vertiefende Gespräche in der Gruppe, Zeit für sich, Rückbindung der Erfahrungen an den Alltag.

Die Teilnahme kann im Rahmen des Bildungszeitgesetzes erfolgen. Kursnummer: 26-07-079

Weitere Informationen und Anmeldung: <https://www.keb-hohenlohe.de/programm/persoenlichkeit-coaching-kompetenzen/kw/bereich/kursdetails/kurs/26-07-079/kursname/Mit%20Pfeil%20und%20Bogen%20intuitiv%20und%20achtsam%20durch%20Veraenderungen%20gehen/kategorie-id/61/>

## Im Wirbel der Zeit: Auf dem Weg des Bogens zu innerer Klarheit und Kraft finden

Ein Achtsamkeitstag mit intuitivem Bogenschießen

Sa 04. Juli 2026, 10:00 - 16:00 Uhr

In erstaunlicher Geschwindigkeit verändert sich unsere Welt. Wie ist es möglich, inmitten des Wandels bei sich selbst zu bleiben? Wie findet kann ich Halt finden, wenn alles um mich herum in Bewegung ist?

An diesem Achtsamkeitstag ist der Bogen mehr als ein Sportgerät – er wirkt wie ein Spiegel der eigenen Gedanken, Gefühle, Handlungen und Haltungen. Beim Spannen und Loslassen zeigt sich zum Beispiel, wie sicher ich da stehe und wobei sich Unsicherheiten zeigen. Ohne Druck, ohne Bewertung, einfach im Fluss des Moments.

Der achtsame Weg des Bogens lädt ein, beim Pfeile fliegen lassen Stress abzubauen und zu entdecken, was in Veränderungsprozessen individuell wirklich gut tut. Eigene neue Entwicklungspotenziale können sich intuitiv zeigen. Dieser besondere Weg des Bogens lädt ein, neue individuelle Potenziale zu erkunden und versuchsweise zu erproben.

Weitere Informationen und Anmeldung: <https://www.keb-boeblingen.de/?id=29&bid=&ubid=&detail=1827&source=suche>

Kosten: 60 € pro Person und Termin plus 25 € für Haus- und Platzmiete sowie die Materialausleihe.

Für ein kleines Buffet bringen die Teilnehmer:innen etwas Leckeres zum Teilen mit.

## Haus Bittenhalde, Meßstetten-Tieringen

### Mit Pfeil und Bogen meiner Intuition auf der Spur

Donnerstag 30. Juli 2026, 9.00 Uhr bis Freitag, 31. Juli 2026, 16.30 Uhr

Wenn alles Abwägen ein Ende gefunden hat, die Pro und Contra Argumente schon längst auf dem Tisch liegen und es immer noch nicht möglich ist, sich zu entscheiden – da kann die Intuition weiter helfen, so auch in Situationen, die spontan auftreten und das eigene Handeln herausfordern. Sie ist so etwas wie unser persönliches Weisheitsreservoir und kann uns darin unterstützen, passende nächste Schritte zu entdecken.

Die Form des Bogenschießens, die hier angeboten wird, ist bestens geeignet, intuitiv in das Becken der eigenen Lebensweisheit einzutauchen und mit ureigenen Kraftquellen, Ruhe und Gelassenheit verbunden zu sein.

Die Tage sind eine Einladung, eigene Ressourcen deutlich wahrzunehmen, mit persönlichen Denk- und Verhaltensmustern freundlich umzugehen und alternative Haltungen und Handlungsmöglichkeiten zu entdecken. Auf dem Weg des Bogens tragen kleine Inputs und wohltragende Impulse, gemeinsame Phasen des Redens und Schweigens dazu bei, zunehmend entspannt bei sich selbst zu sein.



Weitere Informationen und Anmeldung: <https://www.haus-bittenhalde.de/veranstaltungen>

## Im Garten des Klosters Schöntal, Künzelsau - in Kooperation mit der keb Hohenlohe

### Mit Pfeil und Bogen intuitiv und achtsam durch Veränderungen gehen

So 06. September 2026, 18:00 Uhr – Mi 09. September 2026, 13:00 Uhr

Geradezu atemberaubend und dabei vielschichtig vollziehen sich Veränderungen in persönlichen, gesellschaftlichen und globalen Zusammenhängen. Den Phänomenen alleine mit dem Verstand bei kommen zu wollen, verbaut nicht selten den Zugang zu eigenen Ressourcen, die Wegzeichen für ein gutes Leben bereit halten. Der intuitive und meditative Weg durch die Tage lädt ein, mehr innere Klarheit und neue Perspektiven zu gewinnen.

Auf faszinierende Weise verbindet sich das intuitive Bogenschießen auf dem Platz mit Impulsen aus Transformationstheorien.

In dieser Fortbildung führt der Weg auf eine persönliche Reise durch einen Veränderungsprozess. Wahrnehmung, Achtsamkeit und Intuition rücken in den Vordergrund, werden eingeübt und vertieft. Im Verlauf der Tage führen sie zu eigenen zukunftsorientierten Haltungen und neuen persönlichen Gestaltungsmöglichkeiten.

Zu den Elementen der Tage zählen: intuitives Bogenschießen, gemeinsame Phasen des Schweigens, in denen sich die Wahrnehmung und Intuition entfalten können, kleine Theorieinputs (z.B. aus O. Scharmers Transformationstheorie U) sowie spirituelle Impulse, vertiefende Gespräche in der Gruppe, Zeit für sich, Rückbindung der Erfahrungen an den Alltag.

Die Teilnahme kann im Rahmen des Bildungszeitgesetzes erfolgen. Weitere Informationen und Anmeldung: <https://www.keb-hohenlohe.de/programm/kw/bereich/kursdetails/kurs/26-07-080/kursname/Mit%20Pfeil%20und%20Bogen%20intuitiv%20und%20achtsam%20durch%20Veraenderungen%20gehen/>



## Bogenplatz und Schützenhaus Höfendorf (PLZ: 72414) in Kooperation mit der keb Böblingen

### Im Wirbel der Zeit: Auf dem Weg des Bogens zu innerer Klarheit und Kraft finden

Ein Achtsamkeitstag mit intuitivem Bogenschießen

Sa 19. September 2026, 10:00 - 16:00 Uhr

In erstaunlicher Geschwindigkeit verändert sich unsere Welt. Wie ist es möglich, inmitten des Wandels bei sich selbst zu bleiben? Wie findet kann ich Halt finden, wenn alles um mich herum in Bewegung ist?

An diesem Achtsamkeitstag ist der Bogen mehr als ein Sportgerät – er wirkt wie ein Spiegel der eigenen Gedanken, Gefühle, Handlungen und Haltungen. Beim Spannen und Loslassen zeigt sich zum Beispiel, wie sicher ich da stehe und wobei sich Unsicherheiten zeigen. Ohne Druck, ohne Bewertung, einfach im Fluss des Moments.

Der achtsame Weg des Bogens lädt ein, beim Pfeile fliegen lassen Stress abzubauen und zu entdecken, was in Veränderungsprozessen individuell wirklich gut tut. Eigene neue Entwicklungspotenziale können sich intuitiv zeigen. Dieser besondere Weg des Bogens lädt ein, neue individuelle Potenziale zu erkunden und versuchsweise zu erproben.



Weitere Informationen und Anmeldung: <https://www.keb-boeblingen.de/?id=29&bid=&ubid=&detail=1762&source=suche>

Kosten: 60 € pro Person und Termin plus 25 € für Haus- und Platzmiete sowie die Materialausleihe.

Für ein kleines Buffet bringen die Teilnehmer:innen etwas Leckeres zum Teilen mit.

**NEU**

## **Ureigene Pfeile gestalten und intuitiv in die Welt fliegen lassen**



*Ein besonderer Weg des Bogens erblickt das Licht der Welt!*

*Ich freue mich sehr auf das neue und besondere Seminar, das Dirk Beier mit mir im September in St. Luzen in Hechingen durchführen wird.*

*Dirk Beier ist Dipl.-Pädagoge, Anleiter für intuitives meditatives therapeutisches Bogenschießen, Trainer für Verständigung und Mediation und Familientherapeut.*

*Wir wollen mit allen, die teilnehmen, den Bogen, die Pfeile und die Welt auf besondere Weise verbinden:*

### **Im Klostergarten von St. Luzen, Hechingen**

#### **Mit Pfeil und Bogen zu mir selbst finden - Intuitiv die innere und äußere Welt verbinden**

Fr. 11. September 2026, 16 Uhr – So 13. September 2026, 15:00 Uhr

Mit Pfeil und Bogen wird ein Raum eröffnet, in dem An- und Entspannung erlebt und der Blick auf innere und äußere Ziele geleitet wird. Der Bogen spiegelt Gedanken, Muster und Haltungen, während der Pfeil den eigenen inneren Raum mit der äußeren Welt verbindet.

In diesem Seminar sind intuitives Bogenschießen und die Gestaltung der eigenen Pfeile in besonderer Weise miteinander verbunden.

Diese individuellen Pfeile fliegen zu lassen, macht eigene Potenziale neu und deutlicher erfahrbar, vertieft Erfahrungen von Achtsamkeit, Selbstwirksamkeit und Selbstbestimmung.

In den Prozess des intuitiven Bogenschießens sind Phasen integriert, in denen die Teilnehmenden meditativ ihre ureigenen Pfeile gestalten.

Diese Pfeile fliegen im Klostergarten in St. Luzen und laden dazu ein, bewusste neue Erfahrungen mit der eigenen Wirksamkeit und dem eigenen Sein zu machen.

Neben intuitivem Bogenschießen und der Gestaltung der Pfeile gibt es vertiefende Gespräche in der Gruppe, Phasen des Schweigens, in denen sich die Intuition entfalten kann, kleine Impulse, Zeit für sich sowie Rückbindung der Erfahrungen an den Alltag.

Weitere Informationen und Anmeldung - ist bald möglich hier: <https://luzen-kloster.de/veranstaltungen/detail/termin/id/4433735-mit-pfeil-und-bogen-zu-mir-selbst-finden/?vt=1&cb-id=12067312>

