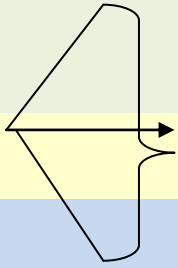


Intuitives
spirituelles
therapeutisches



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

in Hechingen im Klostergarten von



-> **Programm siehe nächste 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.

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.

Bogenschießen für Profi- und Sportschützen und -schützinnen,

die mit Pfeil und Bogen intuitiv entspannt das Ziel möglichst gut treffen wollen und das Gefühl haben, dass sie sich selbst dabei im Weg stehen.



Aktuelles und Informationen

gibt es in meiner Facebookgruppe „**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

Mit Pfeil und Bogen unterwegs – Programm 2022 – St. Luzen

Zur Orientierung

- ☺ Die folgenden Seminare, Achtsamkeits- und Kurzexerzitien finden in St. Luzen in Hechingen statt.
Die Anmeldung erfolgt über: <https://www.luzen.de/veranstaltungen> - überall dort, wo dieses Foto abgebildet ist. ->-> -> -> -> -> -> -> ->
- ☺ 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, die in St. Luzen tagen, sich beraten und entwickeln oder Freizeit genießen: Es ist es nach Absprache möglich, Bogenschießen als Gestaltungselement dazu zu buchen. Gerne bespreche ich mit Ihnen mögliche Themen, Zielsetzungen und einen passenden Rahmen.



Den Bogen in der Hand - mir selbst begegnen

Im Bogen und in den fliegenden Pfeilen spiegeln sich eigene Haltungen und Handlungsmuster. Den Weg des Bogens zu gehen bedeutet bei dieser Form des intuitiven Bogenschießens, bereit zu sein, sich selbst in der kraftspendenden natürlichen Umgebung des Klostergartens freundlich zu begegnen und dabei Entspannung, Ruhe, Kraft und Freude zu erfahren.

So. 27.03.2022, 14:30 - 17:30, So. 15.05.2022, 14:30 - 17:30 , So. 03.07.2022, 14:30 - 17:30

Kosten: 55€ inkl. Kaffee und Kuchen, Anleitung und Materialausleihe

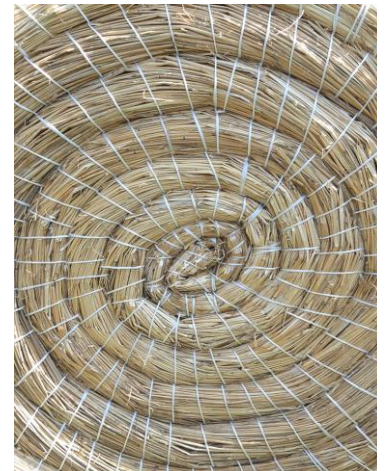
Ich treffe mich - Kurzexerzitien mit Pfeil und Bogen

Der Klostergarten in St. Luzen lädt ein, mit Pfeil und Bogen in der Hand An- und Entspannung zu erleben, dabei auf innere und äußere Ziele zu schauen, gut dazustehen und sich selbst sanft und kraftvoll zu erfahren. Im Vordergrund stehen die eigene Spiritualität, Erfahrungen, Wahrnehmungen und Gefühle. Im Verlauf der Besinnungstage verbinden sich intuitiv-spirituelles Bogenschießen mit Zeiten für Besinnung, Gebet und Glaubensgespräche.

Fr. 01.04.2022, 16:30 - So. 03.04.2022, 13:00

Kosten

200 € Teilnahmegebühr, Ausleihe von Material zum Bogenschießen,
plus Ü/V (Vollpension): Kat1 (Zimmer mit Bad) :148€, Kat2 (Bad auf dem Flur): 133€,
ohne Übernachtung: 59€ Tagesverpflegung,





Mir selbst auf der Spur - Achtsamkeitstag mit Bogenschießen

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, eigenen Spur finden, die ich in mir trage. Neu vertrauen auf meine Intuition, meine leisen Impulse und meine Kraftquelle.

So. 24.04.2022, 09:30 - 17:00

Kosten: 143€ inkl. Anleitung, Ausleihgebühr für Bogen und Pfeile und Verpflegung

Erkenne dich selbst - Kurzexerzitien mit Pfeil und Bogen

Der Besinnungstag durchbricht den Alltag. Es lädt ein, da zu sein, bewusst zu atmen und loszulassen. Den Bogen in der Hand aufmerksam in der Wirklichkeit Gottes stehen und wie in einen Spiegel der eigenen Seele zu schauen, eröffnet tiefe Einsichten in das eigene Leben und die eigene Persönlichkeit. „Erkenne dich selbst!“ – so lautet die sanftmütige Aufforderung dieses Tages. Spirituelle Impulse, Gespräche, Gebet und Bogenschießen sind miteinander verbunden.

So. 08.05.2022, 09:30 - 17:00

Kosten: 143€ inkl. Anleitung, Ausleihgebühr für Bogen und Pfeile, Verpflegung



In der Ruhe liegt die Kraft - Achtsamkeitstage mit Pfeil und Bogen

Die Achtsamkeitstage laden ein, einfach mal da zu sein. Mit dem Bogen in der Hand einen Weg aufnehmen, auf dem ich erfahre, wie ich derzeit da stehe, wie stabil verankert und wo sich vielleicht auch Unsicherheit zeigt. Sich öffnen für die eigene Intuition, die häufig unbewusst den Weg weist und Entscheidungen begleitet. Ihr Aufmerksamkeit zu schenken, achtsam ihre Signale wahrzunehmen, ist in diesen Tagen möglich.

Fr. 15.07.2022, 16:30 - So. 17.07.2022, 13:00

Kosten

200 € Teilnahmegebühr, Ausleihe von Material zum Bogenschießen,

plus Ü/V (Vollpension): Kat1 (Zimmer mit Bad) :148€, Kat2 (Bad auf dem Flur): 133€,

ohne Übernachtung: 59€ Tagesverpflegung

Ich bin da - verbunden mit Erde, Himmel und Welt - Kurzexerzitien mit Pfeil und Bogen

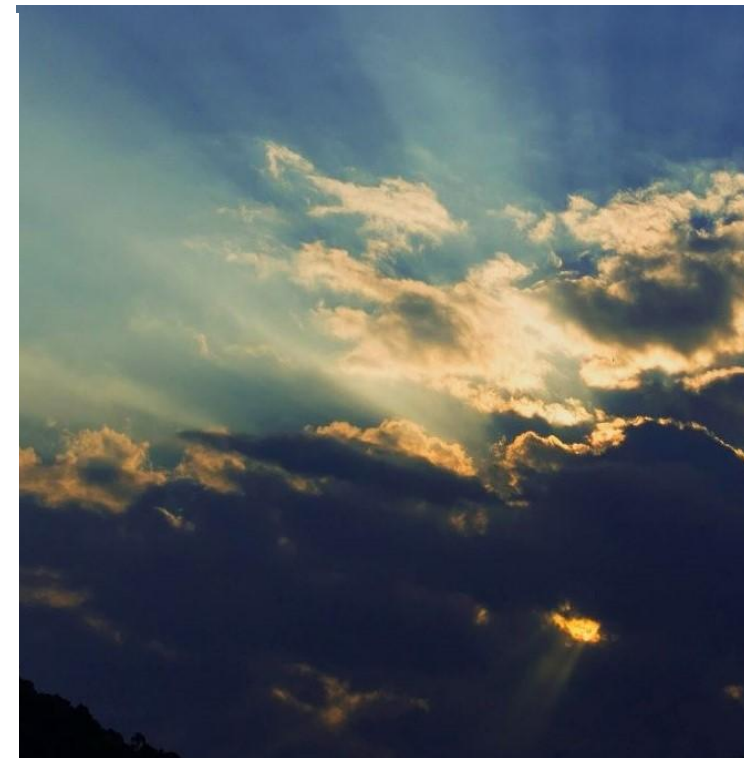
Meinem Glauben auf der Spur sein, dabei Fragen öffnen und Antworten zulassen. Mich beherzt einlassen auf das, was sich zeigen möchte. Über das körperliche Spüren die innere Kammer, den inneren spirituellen Raum erkunden, mein Herz als Resonanzraum erspüren. Tiefe empfinden im Hier und Jetzt.

Wir wollen diese Tage nutzen, um unsere Beziehung zu uns selbst, unseren Zielen, Sehnsüchten und Blockaden zu klären – uns bewusst in der göttlichen Wirklichkeit aufhalten. Wo finde ich Gott und wie? Wo gibt er mir Kraft, wo fordert er mich heraus? Die Antwort findet jede und jeder in sich selbst. Impulse und Meditationen aus dem Glauben, intuitives Bogenschießen und inneres Tai-Chi unterstützen uns dabei, die eigene innere Klarheit aufsteigen zu lassen. Weiter Elemente dieser Besinnungstage werden sein: Sitzen in der Stille, Glaubensgespräch, Zeit für sich, gemeinsam Schweigen, Singen, Beten.

Sa. 03.09.2022, 10:00 - Di. 06.09.2022, 15:00 - *neu im Programm*

Kosten

300 € Teilnahmegebühr, Ausleihe von Material zum Bogenschießen,
plus Ü/V (Vollpension): Kat1 (Zimmer mit Bad) : 282,50 €, Kat2 (Bad auf dem Flur): 255,00 €



Den Bogen in der Hand - mir selbst begegnen

Im Bogen und in den fliegenden Pfeilen spiegeln sich eigene Haltungen und Handlungsmuster. Den Weg des Bogens zu gehen bedeutet bei dieser Form des intuitiven Bogenschießens, bereit zu sein, sich selbst in der kraftspendenden natürlichen Umgebung des Klostergartens freundlich zu begegnen und dabei Entspannung, Ruhe, Kraft und Freude zu erfahren.

25. September 2022, 14:30 – 17:30

Kosten: 55€ inkl. Kaffee

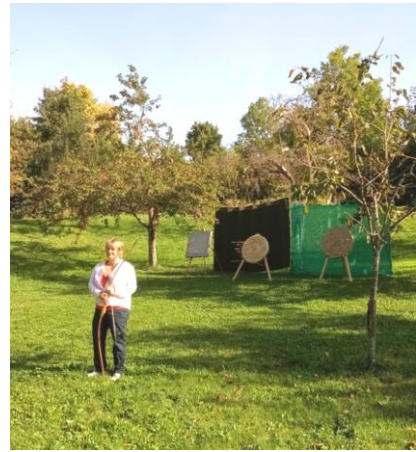
:00

Mir selbst auf der Spur - Achtsamkeitstag mit Bogenschießen

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, eigenen Spur finden, die ich in mir trage. Neu vertrauen auf meine Intuition, meine leisen Impulse und meine Kraftquelle.

29. Oktober 2022, 9:30 – 17:00

Kosten: 143€ inkl. Anleitung, Ausleihgebühr für Bogen und Pfeile und Verpflegung



Erkenne dich selbst // Kurzexerzitien mit Pfeil und Bogen

Der Besinnungstag durchbricht den Alltag. Es lädt ein, da zu sein, bewusst zu atmen und loszulassen. Den Bogen in der Hand aufmerksam in der Wirklichkeit Gottes stehen und wie in einen Spiegel der eigenen Seele zu schauen, eröffnet tiefe Einsichten in das eigene Leben und die eigene Persönlichkeit. „Erkenne dich selbst!“ – so lautet die sanftmütige Aufforderung dieses Tages. Spirituelle Impulse, Gespräche, Gebet und Bogenschießen sind miteinander verbunden.

13. November 2022, 9:30 – 17:00

Kosten: 143€ inkl. Anleitung, Ausleihgebühr für Bogen und Pfeile und Verpflegung

Deinen Weg des Bogens gehen?! – Herzlich Willkommen!

- ☺ Meine Homepage zum Weg des Bogens: <https://beate-thalheimer.com/mein-weg-des-bogens>
- ☺ Außerdem begleite ich dich in einem Onlineprogramm „Raus aus dem Müssen – Rein in mehr Freiheit“: <https://beate-thalheimer.com/rein-in-mehr-freiheit>.

Hier unterstütze ich gerne alle, die in drei Monaten zu mehr innerer und äußerer Freiheit finden möchten.

April 2022

In Kooperation mit anderen Trägern findet im Klostergarten in St. Luzen, Hechingen, statt:



Innere Ruhe und Orientierung

Intuitives Bogenschießen für Führungskräfte und Leitungen (im Ehrenamt)

Im Erleben von An- und Entspannung sowie einer sinnlichen Wahrnehmung kann eine tief innere Ruhe und Gelassenheit einkehren, besonders in Bezug auf Führungsaufgaben und Konflikte in beruflichen und ehrenamtlichen Kontexten.

Samstag 19.03.2022, 09:30 - 16:30

Kosten

100€, Ehrenamtlich Tätige 60€ (bitte bei Anmeldung Tätigkeit angeben) + 21,90€ Verpflegung

Anmeldung bis 9.03.2022 beim Katholischen Bildungswerk Reutlingen, kontakt@keb-rt.de, www.keb-rt.de,
Tel. 07121 1448420

Beim Bogenschießen als Frau mir selbst begegnen

Ein Angebot von „Frauen-f-I-u-g“ = KAB, KAG Müttergenesung, Heilig-Geist Gemeinde Balingen, Kath. Erwachsenenbildung Zollernalbkreis

Bei dieser Form des intuitiven Bogenschießens sind Sie eingeladen, sich selbst in der kraftspendenden natürlichen Umgebung des Klostergartens freundlich zu begegnen. Mit Leichtigkeit entdecken Sie eigene Haltungen und Handlungsmuster und dürfen es wagen, auszuprobieren, wie es anders gehen könnte. Auf diesem achtsamen Weg warten Entspannung, Ruhe, Kraft und Freude auf Sie.

Montag, 11.07.2021, 18:30 - ca. 21:00 Uhr

Kosten

45,00 € incl. Anleitung und Material

Anmeldung bis 04.07.2022 hier:

<https://www.keb-zak.de/anmeldung/zu/1042-beim-bogenschiessen-als-frau-mir-selbst-begegnen/1388-2022-07-11>

