

Kommunikationszentrum für Frauen zur
Arbeits- und Lebenssituation e.V.



Traditionelles BOGENSCHIEßEN indoor

mit Micky Wenngatz

Samstag, 14. Dezember 2019 von 10-16.00 Uhr

Traditionelles Bogenschießen bietet einen erlebnisorientierten, meditativen und sehr archaischen Zugang zu Leib und Seele. Es hilft uns unsere Ziele und Anliegen zu erfahren und Ängste und Verkrampfungen zu verarbeiten. Dabei stellen sich beim intuitiven Bogenschießen Selbstwert, Gelassenheit, Kraft, Konzentration, Rhythmus, Timing und ein klarer Kopf fast von selbst ein und können emotional verknüpft und in unseren Alltag mitgenommen werden.

Dieses mal findet der Workshop **indoor** im Kofra statt. Er ist wie immer für Anfängerinnen und Fortgeschrittene konzipiert. Bogen, Pfeile und notwendige Ausrüstung werden von Micky mitgebracht.

Anmeldeschluss 2. Dezember, Ukb. 25€

Im: KOFRA, Baaderstr. 30, 80469 München,
Tel: 2010450, kofra-muenchen@mnet-online.de,
www.kofra.de

