



# Einführungskurz intuitives Bogenschießen

Das intuitive Bogenschießen ist die ursprünglichste Form des Umgangs mit Pfeil und Bogen. Ohne Visiere, Stabilisatoren oder andere technische Hilfsmittel verlassen wir uns nur auf unsere eigenen Fähigkeiten. Das Zielen erfolgt unbewusst – intuitiv. Wir befinden uns ganz im Hier und Jetzt. Der Schuss löst sich im Wechselspiel von An- und Entspannung. Fokussieren und Loslassen. Konzentration und Achtsamkeit. Kräfte mobilisieren und zielgerichtet einsetzen. Spaß haben! Denn:

**„Ein traditioneller Bogen und ein Lächeln gehören zusammen!“**

### Der Kurs

Intuitives Bogenschießen ist eine gesunde Freizeitbeschäftigung, die Körper und Geist gleichermaßen fordert und fördert. Im Kurs werden korrekte Haltung, die Prinzipien von An- und Entspannung, das Fokussieren auf ein Ziel und die Kunst des Loslassens vermittelt. Mit viel Spaß und ganz ohne Leistungsdruck machen Anfänger erste

Erfahrungen im Umgang mit Pfeil und Bogen, entdecken ungeahnte Fähigkeiten und er-„zielen“ schöne Erfolgserlebnisse.

Der Kurs ist für Teilnehmer/innen ab 14 Jahren geeignet. Die Kursgebühr beträgt € 59,- pro Person inkl. Leihbogen und -pfeilen.

### Der Kursleiter

Jan H. Sachers M.A. ist Historiker und verfügt über langjährige Erfahrung als traditioneller Bogenschütze. Er hat zahlreiche Artikel über die Geschichte von Pfeil und Bogen verfasst, u.a. für „Karfunkel. Zeitschrift für erlebbare Geschichte“ und das Fachmagazin „Traditionell Bogenschießen“. Als deutscher Repräsentant der internationalen *Society of Archer-Antiquaries* studiert er Traditionen des Bogenschießens in aller Welt und nimmt an Konferenzen sowie Wettkämpfen im In- und Ausland teil.

### Wann?

Sonntag, 12. April 2015

Sonntag, 10. Mai 2015

Sonntag, 5. Juli 2015

Sonntag, 6. September 2015

### Wo?

Histotainment Park Adventon

Marienhöhe 1

74706 Osterburken

**Für Gruppen ab 4 Personen lassen sich individuelle Termine vereinbaren, gerne auch bei Ihnen vor Ort.**

### Kontakt

**HistoFakt.**  
Historische Dienstleistungen.

Tel.: 06294. 427 14 75 • Fax: 06294. 427 14 76

E-Mail: [info@histofakt.de](mailto:info@histofakt.de) • Web: [www.histofakt.de](http://www.histofakt.de)