Familienportal „Guter Start NRW“
Herzlich Willkommen!

DETMOLD Kulturstadt im Teutoburger Wald
Alte Hansestadt Lemgo
KREIS LIPPE

Auszeit vom Alltag mit dem Achtsamen Bogenschießen

Kurs / Workshop, Veranstaltung, Gruppenangebot

Auszeit vom Alltag mit dem Achtsamen Bogenschießen

Workshop für Mütter

Lust auf eine kleine Auszeit mit einer Freundin, Schwester oder mal was Neues auszuprobieren?
Dann sind Sie herzlich zu unserem besonderen Workshop in Lemgo eingeladen. Mütter stehen im Alltag oft vor der Herausforderung, ihre vielen Aufgaben und Rollen miteinander zu vereinbaren.
In diesem Workshop möchten wir Ihnen Bogenschießen als Methode vorstellen, die helfen kann, Kraft und Ruhe im Alltag zu finden.

Folgende Inhalte erwarten Sie:
Bogenschießen als meditative Praxis: Erlernen Sie die Grundtechniken des Bogenschießens und erfahren Sie wie eine Übertragung der Technik auf den Alltag helfen kann, fokussierter und ruhiger zu werden.
Ankerpunkte im Leben setzen und feiern: Finden Sie Ihre persönlichen Ankerpunkte, die Halt und Klarheit im täglichen Chaos geben.
Kraftquellen im Alltag nutzen: Erkennen Sie ihre persönlichen Kraftquellen als Ressourcen für die alltägliche Herausforderungen
Selbstreflexion und Achtsamkeit: Durch das Bogenschießen lernen Sie, sich stärker auf den Moment zu konzentrieren und die eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen.

Dieser Workshop richtet sich an Mütter, die sich nach mehr Ruhe und Orientierung im Alltag sehnen und neue Wege suchen, um mit Stress und Herausforderungen besser umzugehen.
Es sind keine Vorkenntnisse im Bogenschießen erforderlich. Die Übungen sind für Anfängerinnen ebenso geeignet wie für Fortgeschrittene. Die inhaltlichen Impulse sind auch im Alltag ohne Pfeil und Bogen umsetzbar.

Sonntag, 18.5. 2025, 13.30 bis 18 Uhr
Ort: Bleibe, Lüerdisser Weg 91, 32657 Lemgo

In Kooperation mit Lebenskünstla

Was?

Art des Angebots

Wann?

Termin(e)

Kurs / Workshop, Veranstaltung, Gruppenangebot

Link zum Angebot

Weiter zum Angebot

Kursleitung/Ansprechperson

Daniela Remmert, Erzieherin und Kindheitspädagogin

Alter des Kindes

altersunabhängig

Sonntag, den 18.05.2025, 13.30-18.00 Uhr

Angebotstermin

Von 18.05.2025 (13:30 Uhr) bis 18.05.2025 (18:00 Uhr)

Wo?

Bleibe

Lüerdisser Weg 91
32657 Lemgo

Anmeldung

Anmeldung erforderlich

Ja

Weitere Angaben zur Anmeldung

Mind. 6, max. 8 Frauen

Link zur Anmeldung

Weiter zur Anmeldung

Kosten des Angebots

Gebühr 75,00€, inklusive Getränke und Seminarunterlagen

Anmeldung bis zum 04.05.2025

Durchführende Organisation

Lippische Landeskirche

Leopoldstraße 27
32756 Detmold

Name Kontaktperson

Evangelische Familienbildung

Telefon

05231 976 670

Email

Trägerschaft

Lippische Landeskirche

Leopoldstr. 27
32756 Detmold

Telefon

05231 976 670

Email

familie@lippische-landeskirche.de

Link Träger

familie@Lippische-Landeskirche.de

Weiter zur Homepage des Trägers

Link Anbieter

Weiter zur Homepage des Anbieters

Alle Angebote dieses Anbieters

Andere Angebote dieses Anbieters