Jugendbildungsstätte St. Michaelturm Schaephuysen e.V.
Am Michaelsturm 1 | 47509 Rheurdt - Schaephuysen
Tel: 02845 / 9 84 69 73 | *www.michaelturm.de*

Übersicht thematisches Angebot: Intuitives Bogenschießen

Zielgruppe: ab 15 Jahren

Draußen in der Natur sein, etwas Neues, Abenteuerliches erleben, ohne technische Hilfsmittel schießen und zur inneren Ruhe, Ausgeglichenheit und Konzentration finden. Dies lässt sich beim *Intuitiven Bogenschießen* am St. Michaelturm erfahren.

Leistungen, Preise und Infos

Zeitumfang	3 oder 6 Stunden
Preis 2026	23,00 Euro pro Teilnehmer*in (3 Stunden) 38,00 Euro pro Teilnehmer*in (6 Stunden)
Preis 2027	25,00 Euro pro Teilnehmer*in (3 Stunden) 40,00 Euro pro Teilnehmer*in (6 Stunden)
Teilnehmer*innenzahl	mindestens 10 Teilnehmer*innen maximal 15 Teilnehmer*innen Das 3-stündige Angebot kann zweimal täglich, das 6-stündige einmal täglich durchgeführt werden. Ideal ist eine Gruppengröße bis 12 Personen.
Betreuung	durch 2 hauseigene Referent*innen

Wir weisen darauf hin, dass unsere thematischen Angebote stetig überarbeitet werden. Im Zeitraum von Buchung bis Durchführung ist es möglich, dass sich der Inhalt im Rahmen des thematischen Angebotes verändert.

Programmleistungen:

In jedem Angebot werden die Teilnehmenden an das Bogenschießen herangeführt. Bestandteile der Einführung sind die Geschichte des Bogenschießens, die Materialkunde sowie eine Praxisanleitung. Durch den Blick auf die Geschichte des Bogenschießens erlangen die Teilnehmenden Informationen zur Herkunft und ursprünglichen Verwendung des Bogens. Die anschließende Materialkunde enthält unter anderem eine Sicherheitseinweisung und genaue Informationen zum verwendeten Material (Bögen, Pfeile, Zielscheiben). Beim ersten Schuss wird jede*r Einzelne durch die Anleitungsperson(en) begleitet. Innerhalb der Praxisanleitung erfahren die Einzelnen den Stand, die Haltung, die Atmung, die Körperspannung und den Fokus beim *Intuitiven Bogenschießen*.

3-stündige Einheit:

Im Anschluss an die Einführung wird den Teilnehmenden unter Anleitung Zeit und Raum zum Ausprobieren und Korrigieren des Schussablaufes gegeben. Die Schussabläufe werden weiter vertieft und eingeübt. Das 3-stündige *Intuitive Bogenschießen* kann durch verschiedene Spiele und Wettkämpfe abgerundet werden.

6-stündige Einheit:

Das 6-stündige Programm erweitert das 3-stündige Programm um die Vertiefung der praktischen Ebene durch mehrfache Wiederholung des Schussablaufes und die Möglichkeit einer zielgerichteten Reflexion. Inwieweit ein weiterer Schwerpunkt wie Perspektivwechsel, Reflexion der persönlichen Lebenssituation oder Vertrauensstärkung gesetzt wird, kann im Vorfeld besprochen werden.