

In Kooperation mit dem WEIBERHOF

Die Kunst des Loslassens

Qigong und Bogenschießen für Frauen

Der Weg des Qigong ist eine Praxis, zu sich selbst zu finden,
genauso ist es auch mit dem Weg des Bogens.

Zwei Systeme - ein Weg.

Immer wieder begegnet uns die Frage, was uns hält, was Halt gibt, was fest hält
und was wir bereit sind, loszulassen - im richtigen Moment.

Immer wieder innehalten, Atem erleben, zentrieren und Kraft schöpfen.

Im Prozess dieser 4 Tage verknüpfen sich die Erfahrungen mit beiden Systemen
zu einem feinen Gewebe aus Achtsamkeit und BewusstSein.

.....und jeder Pfeil ist in sich ein Leben" (Paulo Coelho)

Sowohl Anfängerinnen als auch Fortgeschrittene beider Systeme sind herzlich
willkommen.

2 Stunden Qigong, 2 Stunden Bogenschießen und davor, danach und dazwischen Zeit
zum Genießen, Wandern, Singen, Feiern, Lachen, Geschichten erzählen und auch zum
Schweigen.

Zeit: 30.4. - 3.5.2020

Beginn: Do 14 Uhr Ende: So 13:00

Erlebnisraum: Weiberhof/Großklein/Südweststeiermark/www.weiberhof.at

Kosten: € 480.- (inkl. Qigong, Bogenschießen inkl. Material, Unterbringung am
Weiberhof im Doppelzimmer mit Frühstück)

Leitung: Maria Lanser (Qigong/Jin Shin Jyutsu)/www.lanser.at

Nina Riess (Bogenschießen)

Erika Hütter (Bogenschießen, Mentaltraining)

Anmeldung und Information: Maria Lanser maria@lanser.at oder 0664/5026041