

## **Kids-Workshop „Intuitives Bogenschießen“**

Dieser Ferien-Workshop richtet sich an Kinder im Alter zwischen 10 und 16 Jahren, mit oder ohne eigenen Bogen. Sollte keine eigene Ausrüstung vorhanden sein, so stellen wir gerne eine angepasste Leihhausrüstung zur Verfügung. Der Preis für die Ausrüstung ist im Workshop Preis enthalten.

Die Termine für den Workshop findet Ihr unter „Termine Workshop“, die Anmeldung kann über das Online-Anmeldeformular (Link) sowie per Email erfolgen. Der vierstündige Workshop findet immer von 10:00 bis 14:00 Uhr statt. Treffpunkt für den Workshop ist der Parkplatz P<sub>3</sub> des Parcours Hochwald-Tour (siehe Lageplan).

In dem Workshop erhalten die Kids von uns eine ausführliche Einweisung sowie wertvolle Impulse zur Umsetzung der intuitiven Schießtechnik, die so alt ist wie der Bogen selbst. Notwendig ist nur die Offenheit, die Bereitschaft sowie die Motivation sich auf das „Treffen ohne bewusstes Zielen“ einzulassen und die „Auge-Hand-Koordination“ auf sich wirken zu lassen.

Unsere Domäne ist die Kombination, intuitives Bogenschießen in Verbindung mit dem Erlebnis „freie Natur“ genießen zu dürfen. Wir unterhalten zwei Feldbogen-Parcours im Wald auf mehr als 50 Hektar Gesamtfläche. Innerhalb dieser Parcours „wandern“ wir von Ziel zu Ziel. Somit entsteht ein sehr schönes Wechselspiel aus Anspannung und Konzentration vor dem Schuss sowie Entspannung durch den Lebensraum Wald.

Wir arbeiten mit den Kindern nicht leistungsbezogen sondern spaßorientiert! Den Teilnehmern wird der ablauforientierte Schussablauf vermittelt und schon geht es los in den Wald. Auch dort wird die Gruppe von uns fachlich und mental unterstützt und von uns unterstützt und begleitet.

Unser wichtigstes Ziel ist es im Workshop mit den Kindern einen erlebnisreichen Tag in freier Natur zu gestalten. Kein Leistungsdruck, einfach nur Freude haben am Tun!

Die Kids erhalten eine auf Sie persönlich abgestimmte Bogenausrüstung. Bei der Auswahl des Zuggewichtes (Stärke) des Bogens berücksichtigen wir die körpereigene Physiologie und legen viel Wert auf die richtige Wahl des Bogens. Nur mit einem angepassten Tool werden die Kids Spaß haben und auch gut treffen lernen.

### **Ablauf:**

Einführung und intensive ablauforientierte Schulung der richtigen intuitiven Schusstechnik.  
Selbstständiges Umsetzen an der Trainings-Scheibe.  
Erstes einfaches Geländetraining auf dem 3D-Parcours.