

Förderverein der Freiluga e.V.

INTUITIVES BOGENSCHIESSEN

Tagesaktion in Kooperation mit dem Freien Bildungswerk Rheinland und dem Förderverein der Freiluga von 10 bis 16 Uhr in Köln/Müngersdorf

Hier haben wir einen großen Unterstand gegen Regen (Anfahrt siehe Seite 2-3).



*PFEILE SCHIEßEN,
IDEEN TREFFEN,
FREUDE ERLEBEN.*

An diesem Bogentag geht die westliche Tradition des intuitiven Blankbogenschießens mit der japanischen Idee vom Bogenschießen als Übung des Geistes Hand in Hand. Lang- und Recurvebögen in den verschiedensten Stärken ermöglichen dem Neueinsteiger hierbei einen intuitiven Zugang zur Technik.

Wenn die Gruppe die Handhabung der Bögen sicher beherrscht, können wir verschiedene Varianten oder kleinere (Team-) Wettkämpfe schießen. Verblüffend schnell spiegelt der Bogen seinen Schützen, wo Körperspannung, Konzentration und Gelassenheit noch nicht nahtlos ineinander greifen.

Das wichtigste Ziel dieses Tages ist es jedoch alles um sich herum zu vergessen, „einfach nur“ ein paar Pfeile zu schießen und Spaß zu haben. Spaß an der Kraft der Pfeile, Spaß an den Treffern, Spaß an den Fehlschüssen und Spaß mit Gleichgesinnten draußen in der Natur.



Förderverein der Freiluga e.V.

Organisatorischer Rahmen:

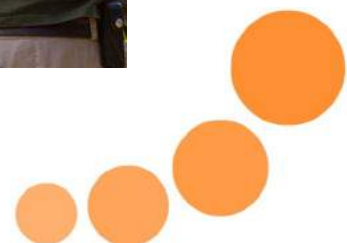
- Kosten für 6 Std. inkl. Material: 78 €, Mitglieder des Fördervereins: 50 €, die Mitgliedschaft im Förderverein kostet 1 € im Monat.
- Enthalten sind die Gebühr für den Bogenschießplatz, die Bereitstellung der Zielvorrichtungen, die Ausleihe verschiedener Lang- und Recurvebögen mit den jeweiligen Pfeilen, sowie die Schützer für Finger und Arme.
- Damit Sie schnell **Lernfortschritte** machen und die **Sicherheit** gewährleistet bleibt, sind in unseren Gruppen (in der Regel) nicht mehr als 14 Teilnehmer!
- Sie bekommen eine **12-seitige Bogenfibel**; Inhalte: Die Entwicklung des Bogens, Möglichkeiten des intuitiven Bogenschießens, Bogenspannen, Schusstechnik, Sicherheitsregeln, Bogenpflege, Trefftraining und viele spannende Links.
- Anmeldung über: <http://www.bogenschiessen-koeln.com/anmeldung.html>
- Verpflegung und wetterfeste Kleidung (besonders wasserdichte Schuhe!) bitte nicht vergessen.

Erholen sie sich in der Natur durch den Wechsel von Anspannung und Entspannung. Nehmen sie die faszinierende Erfahrung vom Umgang mit Pfeil und Bogen mit in Ihren Alltag. Und vielleicht lernen sie sich dabei ja - ganz unbewusst - wie das leichte Zischen der Pfeile, auch noch besser kennen.

Anfahrt:

Städtische Freiluft- und
Gartenarbeitsschule (Freiluga)
Belvederestraße 159
50933 Köln-Müngersdorf

Eine genaue Anfahrt für den PKW
finden Sie auf der nächsten Seite.



Förderverein der Freiluga e.V.

Anfahrt PKW:

Wenn Sie von der Autobahn kommen:

Die Freiluga befindet sich im westlich gelegenen Stadtteil Köln-Müngersdorf.

Wenn Sie von der Autobahn A1 - Abfahrt Lövenich - kommen, folgen Sie der Aachener Straße in Richtung Köln Zentrum/Braunsfeld. In Müngersdorf biegen Sie an der Kreuzung Aachener Straße/Alter Militärring rechts auf den Zubringer zum Militärring ab und ordnen sich dort gleich wieder links ein.

Auf dem Militärring fahren Sie Richtung Bocklemünd/Mengenich bis zur Ausfahrt "Widdersdorf/Lövenich". Die Schilder zeigen "Widdersdorf, Lövenich und Max-Planck-Institut" an. Sie befinden sich nun auf dem Gregor-Mendel-Ring. An der nächsten Ampel biegen Sie links in die Belvederestraße ab. Nach etwa 200 Metern liegt auf der rechten Seite die Freiluga. **Parken siehe unten.**

Wenn Sie von der Innenstadt kommen:

Sie erreichen die Freiluga am besten über die Aachener Straße. Aus der Stadtmitte kommend biegen Sie in Müngersdorf rechts auf den Zubringer zum Militärring ab.

Auf dem Militärring fahren Sie Richtung Bocklemünd bis zur Ausfahrt „Widdersdorf, Lövenich“. Die Schilder zeigen „Widdersdorf, Lövenich“ und "Max-Planck-Institut" an.

Sie befinden sich nun auf dem "Gregor-Mendel-Ring". An der nächsten Ampel biegen Sie links in die Belvederestraße ab. Nach etwa 200 m liegt auf der rechten Seite die Freiluga.

Parken Sie unten.

Wenn Sie von Norden oder Süden kommen:

Von **Norden** kommend fahren Sie auf dem Militärring in Richtung Junkersdorf und Müngersdorf.

Von **Süden** kommend fahren Sie in Richtung Bocklemünd. Fahren Sie bitte bis zur Ausfahrt „Widdersdorf, Lövenich“, „Max-Planck-Institut“.

Folgen Sie dem Straßenverlauf nun auf dem Gregor-Mendel-Ring bis zur nächsten Ampel. Dort biegen Sie links ab in die Belvederestraße. Nach etwa 200 m liegt auf der rechten Seite die Freiluga. **Parken siehe unten.**

Parkmöglichkeiten:

Nachdem Sie das **leicht klemmende Tor** der Freiluga geöffnet haben, fahren Sie geradeaus, bis Sie den Parkplatz erreichen.

