

## TAGESAKTION IM INTUITIVEN BOGENSCHIESSEN

Von 10 bis 16 Uhr im Jugendpark Köln am Rhein (Anfahrt siehe Seite 2).

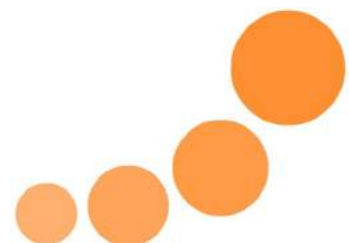


*PFEILE SCHIEßEN,  
IDEEN TREFFEN,  
FREUDE ERLEBEN.*

An diesem Bogentag geht die westliche Tradition des intuitiven Blankbogen-schießens 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 unter den mächtigen Bäumen des Rheinparks direkt am Rhein.**



## Organisatorischer Rahmen:

- Kosten für 6 UStd. inkl. Material und Platz: 78 €
- 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 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:

Am Kölner Jugendpark (nähe Claudius Therme), Sachsenbergstraße, 51063 Köln, parken und noch ca. 400 m am Ufer entlang, stadtauswärts, bis zum roten Stern (siehe Karte) laufen.

