



**Uwe Rubröder**

**TERMIN**

20.05.2025  
09:00–13:00 Uhr

**KURS-NR.**

074/2025BQ

**BQ**

07 / 09 / 10 / 18 / 20  
21 / 39 / 42 / 44

**ORT**

Stuttgart,  
Aktivpark Bergheide

## Anspannung loslassen – Bogenschießen und Spiritualität

**Situation**

Welche Kraft darin liegt, loszulassen, zeigt sich, wenn der Pfeil von der Sehne schnell. Davor braucht es einen langen Prozess: Den guten Stand, die Spannung des Bogens, das bewusste Atmen. Bogenschießen ist eine Möglichkeit im Hier und Jetzt zu sein und den Alltag hinter sich zu lassen.

Wir gönnen uns einen Vormittag mit Bogenschießen und spirituellen Impulsen, die sich an der Praxis des Bogenschießens orientieren.

**Zielgruppe**

Für alle Mitarbeitenden mit Interesse an einem spirituellen Experiment.

**Hinweis**

Dieser Kurs ist nur für Mitarbeitende des Caritasverbandes für Stuttgart e.V..

Bei dieser Veranstaltung handelt es sich um ein spirituelles Angebot i. S. der Exerzittentage nach § 10 Abs. 5 AVR. Bitte beantragen Sie über Vivendi Pep einen Exerzittentag.