

## Spannen, Zielen, Loslassen...

### **Bogenschießen –** *Volltreffer für Körper und Geist*

Sicher wollten auch Sie diesen Sport schon immer ausprobieren. Wir bieten Ihnen die Möglichkeit einen ersten Eindruck vom instinktiven Schießen mit dem traditionellen Langbogen zu gewinnen. Dabei wird Ihre Rücken- und Schultermuskulatur sowie Ihre gesamte Wirbelsäule durch die gerade Körperhaltung trainiert.

Doch es geht bei uns nicht allein um die sportliche Herausforderung sondern um Ihr körperliches und seelisches Wohlbefinden. Beim Bogensport wird Ihr "Bauchgefühl", d.h. die intuitive rechte Gehirnhälfte, aktiviert und Ihr Selbstbewusstsein gestärkt. Durch den Wechsel von Konzentration, Spannung und Entspannung, erhalten Sie ein besseres Körperempfinden.

Die wohltuende Wärme der Fangopackungen und die anschließende Massage verwöhnt und entspannt Sie von Kopf bis Fuß. Im Anschluss können Sie sich im wirkungsreichen Thermalwasser treiben und Ihre Seele baumeln lassen.



- 7 x Übernachtungen im Einraumappartement Typ-1 Haus II  
(oder im anderen Typ gegen Aufpreis!)
- 3 x Konzentrations- und Atemübungen
- 3 x Bogenschießen im Freien (ca. 1,5 Stunden)
- 4 x Johannesbad – Thermalbewegungsbad
- 3 x Naturfango – Ganzkörperpackung und
- 3 x Ganzkörpermassage in der Massagepraxis Mehringer

**Kurstermine Wintersaison:** Anreisetag 04.02. bis Abreisetag 11.02.12  
Anreisetag 03.03. bis Abreisetag 10.03.12

**349,-- Euro** Singlezuschlag 63,-- Euro

**Kurstermine Hauptsaison:** Anreisetag 14.04. bis Abreisetag 21.04.12  
Anreisetag 16.06. bis Abreisetag 23.06.12  
Anreisetag 15.09. bis Abreisetag 22.09.12  
Anreisetag 06.10. bis Abreisetag 13.10.12

**369,-- Euro** Singlezuschlag 101,50 Euro

\*Der Kurs ist nur für Anfänger gedacht und findet ab einer Mindestteilnehmerzahl von 4 Pers. statt. Weitere Termine oder Gruppen auf Anfrage!