



Therapeutisches Bogenschießen ist eine Form der Erfahrungstherapie und wird ohne die übliche Leistungsorientierung ausgeübt. Dies ergibt somit einen Prozess aktiver Selbstfindung und Zentrierung sowie das bewusste Erleben im Hier und Jetzt.

Beim therapeutischen Bogenschießen werden sowohl das sportliche als auch das meditative Element in einer Vorgehensweise integriert, die das Erleben und die Bearbeitung psychischer Vorgänge in den Vordergrund stellt.

Durch das Bogenschießen können körperliche, geistige und emotionale Fähigkeiten positiv beeinflusst werden. Neben den psychosomatischen Erkrankungen kann auch bei anderen Krankheitsbildern eine Besserung der Beschwerdesymptomatik erzielt werden.

Dazu zählen z.B.

- Haltungsschäden
- Migräne
- Orientierungslosigkeit
- Parkinson
- Konzentrations- sowie Lernschwäche
- Phobien
- Autismus
- Zwänge
- u.v.m.

Voraussetzungen?

Jeder der den Wunsch hat, sich selbst etwas Gutes zu tun und Freude an Bewegung hat.