



Bogenschießen hat seit jeher eine große Mystik und Besonderheit. Die Kraft und Dynamik, die durch das Ziehen und Loslassen der Sehne entsteht, sind einzigartig und mit jeder Wiederholung anders.

Wir beginnen mit einem geistlichen Impuls. Anschließend meditieren wir und achten auf unseren Atem. Nach Lockerungs- und Dehnungsübungen beginnen wir dann mit dem Bogenschießen.

Durch den Einsatz der richtigen Atemtechnik ist Bogenschießen eine Art der Meditation. Das stärkt die innere Mitte. Meditation und Bogenschießen bringen Körper, Seele und Geist in Einklang.

(Unter Verwendung eines Textes der Männerarbeit auf www.ekir.de)

Termine:

Dienstags um 18 Uhr am
18.04., 25.4.,
02.05., 09.05.; 16.05., 23.05., 30.5.,
06.06., 13.06., 20.06., 27.6.,
04.07., 11.07.
29.08., 05.09., 12.09., 19.09. und 26.09.2023

Extra:

Bogenschießen auf dem Bogenparcours
Torgelow (Mark) bei Falkenberg (Mark) am
Samstag, dem 06.05.2023, Treffpunkt ist um
10 Uhr, Saarstraße 55, 16225 Eberswalde.

Veranstalter:

Männerarbeit des
Evangelischen Kirchenkreises Barnim

Projektdurchführung:

Alexander Schenk und Tino Kotte

Veranstaltungsort:

Pfingstkapelle und Pfarrgarten
Saarstraße 55, 16225 Eberswalde

Kontakt:

Mobil: 0163 0813 296
E-Mail: t.kotte@kirche-barnim.de
www.kirche-barnim.de



Lass los! 2023

**Meditation und
Bogenschießen für Männer
vom 18.04. bis 26.09.2023
jeweils um 18 Uhr in
Eberswalde (Ostend)**

Voraussetzungen:

Das Angebot gilt für Männer aus dem Barnim, eine Mitgliedschaft in der Evangelischen Kirche ist nicht Bedingung.

Wer Lust auf Spiritualität einerseits und sportlicher Betätigung andererseits hat, ist herzlich willkommen.



Wir treffen uns dienstags um jeweils 18 Uhr in der Pfingstkapelle, Saarstraße 55, 16225 Eberswalde.

Ablauf:

- Geistlicher Impuls und Meditation
- Dehnungs- und Lockerungsübungen
- Einführung und Sicherheitsbelehrung
- Bogenschießen im Pfarrgarten
- Gemeinsamer Abschluss

Die Treffen enden ca. 20 Uhr

Der Eintritt ist frei, um eine Spende wird gebeten.

Die Ausrüstung wird vom Veranstalter gestellt, kann aber gern selbst mitgebracht werden.

Das Projekt wird unterstützt von der

 **EVANGELISCHE STADTKIRCHENGEMEINDE**
Eberswalde

und dem

 **EVANGELISCHER KIRCHENKREIS**
Barnim

Leitung:

Alexander Schenk (57) ist Religionslehrer am Humboldt-Gymnasium in Eberswalde und Vater von vier Kindern.

Tino Kotte (54) ist Verwaltungsangestellter des Evangelischen Kirchenkreises Barnim und Vater von fünf Kindern.