

# Mit Pfeil und Bogen

Bogenschießen an der Jugendburg



**D**ie Kunst des Bogenschießens gehört zu den jahrtausendealten Kulturtechniken der Menschheit. Sie fasziniert auch heute noch viele Menschen und hilft mit ihrem meditativen Charakter dabei, Stress abzubauen, sich wieder zu verorten und die Achtsamkeit für die Mitwelt zu stärken. Im Kurs lernen die Teilnehmer\*innen grundlegende Techniken des Bogenschießens kennen. Beim Bogenschießen gilt es, Spannung zu erzeugen und zu halten und sich auf wesentliche Dinge zu konzentrieren. Nur so lässt sich der Pfeil sicher ins Ziel bringen. Durch eine spezielle Schießtechnik lassen sich schnell erste Erfolge erzielen. Die Ausrüstung ist unkompliziert und robust. Sie besteht aus einem stabilen Bogen mit Pfeilen und einem bewährten Armschutz aus Leder. Die Bögen stehen in verschiedenen Größen zur Verfügung, so dass sich jede\*r einen passenden Bogen aussuchen kann. Beim Üben werden die Schützen einzeln eingewiesen und angeleitet. Deshalb können pro Stunde maximal 10 bis 12 Teilnehmer\*innen an der mobilen Schießanlage betreut werden. Das Bogenschießen an der Jugendburg wird ganzjährig angeboten.

## Programmleistungen

- Mindestens zweistündiges Bogenschießen an der Jugendburg mit Bereitstellung aller Gerätschaften incl. Arm- und Fingerschutz sowie individueller Anleitung für jeden Teilnehmenden.
- Da an der mobilen Schießanlage maximal 10 bis 12 Teilnehmer\*innen zur gleichen Zeit Bogenschießen üben können, sind andere Klassen- bzw. Gruppenmitglieder während dieser Zeit ohne Programm-Beschäftigung.

## Klassenstufen

Grundschule ab 3. Klasse, SEK I und II, Kinder- und Jugendgruppen, Familien.

## Teilnehmerzahl

Keine Mindestzahl, Empfehlung 10 bis 12 Teilnehmer\*innen pro Stunde. Bei Gruppen bis 24 Personen reichen meist zwei Stunden Kursdauer aus, für größere Klassen und Gruppen sollte man mindestens drei Stunden einrechnen.

## Programmkosten

Pro Schulklasse/Gruppe **100,- €** pro Stunde, Mindestzeit 2 Stunden.

## Ansprechpartner

Wenn Sie das mindestens zweistündige Bogenschießen buchen möchten, melden Sie sich bitte im Bürgbüro unter Telefon 06455-69930-0 oder per E-Mail an [info@jugendburg-hessenstein.de](mailto:info@jugendburg-hessenstein.de), Web: [www.jugendburg-hessenstein.de](http://www.jugendburg-hessenstein.de)