

Bogenschießen – Bogensporthalle am Weiberhof

Inhalte

Einführung in das Bogenschießen, Erlernen und Üben des Blankbogenschießens

Ziele

Das Bogenschießen ist eine Sportart, die viel mehr kann als nur Sport sein.

- o Konzentrationstraining - Zentrieren
- o innere Stärke aufbauen
- o Verantwortungsbewusstsein erlernen
- o Selbstbewusstsein fördern
- o Ausdauer schulen
- o Ziele erkennen und anvisieren
- o Loslassen lernen
- o Aufrechtes Stehen manifestieren

Form und Methoden

- o Schnupperkurs als Workshop
- o ganztägiger Intensivbogensporttag
- o oder Kurs über mehrere Wochen (2 – 3 Trainingsstunden/Woche)

Ort

Weiberhof

Zielgruppe

Mein Angebot richtet sich an Mädchen und/oder Frauen

Dauer

von mind. 3 Stunden (Schnupperkurs)
bis 6 Stunden (Intensivbogensporttag)
oder 3 – 6 Wochen (2 – 3 Trainingsstunden/Woche)

Maximale Gruppengröße

10 TN

Kosten (inklusive Mehrwertsteuer, Fahrtkosten...)

EUR 80,-/Stunde (für 2 Trainerinnen für Gruppen von 5 – 10 Personen)

EUR 40,-/Stunde (für 1 Trainerin für Kleingruppe bis 4 Personen)

+ Materialleihgebühr EUR 5,-/Person

Das Frauengesundheitszentrum wird gefördert von

Qualifikationen

Erika Hütter

- Diplompädagogin
- Mal- und Gestaltungstherapeutin
- Weiterbildung in psychoanalytisch- systemischer Kunsttherapie
- Lehrbeauftragte für den künstlerischen Bereich MGT/Graz
- freischaffende Künstlerin
- Kreativtrainerin
- staatlich geprüfte Lehrwartin für Bogensport
- Fachbetreuerin für tiergestützte Therapie, Pädagogik und Fördermaßnahmen mit landwirtschaftlichen Nutztieren

Nina Riess

- Diplompädagogin
- Multimediale Kunsttherapeutin
- Tischlerin
- staatlich geprüfte Sportjugendleiterin
- Freizeitpädagogin
- staatlich geprüfte Trainerin für Bogensport
- Fachbetreuerin für tiergestützte Therapie, Pädagogik und Fördermaßnahmen mit landwirtschaftlichen Nutztieren

Beide

Gründerinnen und Betreiberinnen des „Weiberhofes“ (Österreichs einziger Frauenferien- und Frauenbildungshof von Frauen für Frauen).

Berufserfahrungen, Erfahrungen in der Arbeit mit Mädchen, Erfahrungen in der Erwachsenenbildung.

Lange Jahre im Lehrberuf tätig, seit vielen Jahren in der Erwachsenenbildung tätig, seit über 20 Jahren Erfahrungen in der Arbeit mit Gruppen und im Abhalten von Workshops.

Kontakt Daten

Name: Erika Hütter und Nina Riess
Einrichtung: Weiberhof, Frauenferien- und Frauenbildungshof
Adresse: 8452 Großklein, Goldes 49
Telefon/Fax: 0660/810 55 66, 0660/1 222 396
E-Mail: office@weiberhof.at
Website: www.weiberhof.at