

## ANMELDEFORMULAR

Bitte per Post oder Fax (09 11/30 700 72) senden an:

HAKOMI INSTITUTE of Europe e.V.  
Weißberggasse 2a, 90403 Nürnberg



Hiermit melde ich mich verbindlich für folgende Fortbildung  
Therapeutisches Bogenschießen an:

Ort:  Bsp. Dresden

Jahr:  Bsp. 2009/2010

Meine Daten:

Vorname:

Name:

Straße/Nr.:

PLZ Ort:

Email:

Beruf:

Tel. privat:

Tel. beruflich:

Mobil:

Homepage:

Mit meiner Anmeldung akzeptiere ich die Allgemeinen Geschäfts-  
bedingungen (siehe aktuelles HAKOMI Programm oder Homepage  
[www.hakomi.de](http://www.hakomi.de) -> Anmeldung).

- Ich möchte **nicht**, daß meine Kontaktdaten auf der  
Teilnehmerliste des Workshops erscheinen.
- Ich überweise die Gesamtsumme bis vier Wochen vor Termin  
eingehend
- Ich wähle das Ratenmodell und richte einen Dauerauftrag ein
- Ich erteile Ihnen die Einzugsermächtigung, die Gebühren der o.g.  
HAKOMI Fortbildung entsprechend der aufgeführten Zahlungs-  
bedingungen von meinem Konto abzubuchen

Bankinstitut                      Kontonummer                      BLZ

Datum, Ort                      Unterschrift

## Anmeldung & Information

HAKOMI INSTITUTE of Europe e.V.  
Weißberggasse 2a  
90403 Nürnberg  
Telefon: 0049-(0)-911/30 700 71  
Fax: 0049-(0)-911/30 700 72  
E-Mail: [info@hakomi.de](mailto:info@hakomi.de)  
Website: [www.hakomi.de](http://www.hakomi.de)

Überweisung des Teilnehmerbetrags auf:  
Bank: Postbank Karlsruhe  
Konto: 275538753  
BLZ: 660 100 75

*Für Fragen und Informationen steht Ihnen  
Patricia Wurll gern persönlich zur Verfügung:  
Tel./Fax: 0049-(0)-351/80 20 248  
E-Mail: [patricia@hakomi-bogen.de](mailto:patricia@hakomi-bogen.de)  
Website: [www.hakomi-bogen.de](http://www.hakomi-bogen.de)*

*Es gelten die „Allgemeinen Geschäftsbedingungen des  
HAKOMI e.V.“ (siehe Jahresprogramm oder [www.hakomi.de](http://www.hakomi.de))*

*Auszug:*

*Ihre Anmeldung Bestätigen wir schriftlich nach Eingang. Damit ist  
Ihr Platz verbindlich reserviert. Sollte Ihre Überweisung (Gesamt-  
betrag/Anzahlung) vier Wochen vor Beginn nicht eingegangen sein,  
behalten wir uns vor, Ihren Platz anderweitig zu vergeben. Die  
Monatsraten sind ab dem ersten Monat der Fortbildung fällig. Bei  
Rücktritt bis zu vier Wochen vor Fortbildungsbeginn erheben wir  
eine Bearbeitungsgebühr von 10% der Fortbildungskosten. Danach  
muß der volle Betrag entrichtet oder eine ErstazteilnehmerIn be-  
nannt werden. Sollte das HAKOMI Institute e.V. den Workshop  
aus nicht vorhersehbaren Gründen absagen müssen, erstatten wir  
die Teilnahmegebühr in voller Höhe, weitergehende Ansprüche sind  
ausgeschlossen. Für alle organisatorischen Auskünfte steht Ihnen  
Ursula Plitt im HAKOMI Institute e.V. zur Verfügung. Fordern  
Sie dort bitte auch das HAKOMI Jahresprogramm an.*

*Stand 03.2009*



# Therapeutisches Bogenschießen



Angewandte Achtsamkeitstherapie

## Fortbildung

Vom sporttherapeutischen Ansatz  
zum prozessorientierten Begleiten  
in der Körperpsychotherapie

Leitung: Dr. Patricia Wurll

## FORTBILDUNG THERAPEUTISCHES BOGENSCHIESSEN

Die Fortbildung vermittelt die Wirkungsweise tiefenpsychologisch orientierter Körperpsychotherapie am Beispiel des Therapeutischen Bogenschießens und die prozessorientierte Begleitung am Bogen. Therapeutisches Bogenschießen bedeutet, sich auf Wesentliches einzulassen, seine Aufmerksamkeitslenkung zu schulen, den Bewusstseinszustand der Inneren Achtsamkeit zu nutzen und die Mitte der Scheibe nicht mit dem Ziel zu verwechseln.

Die faszinierende Handhabung des traditionellen Langbogens basiert auf einem klar strukturierten Bewegungsablauf und gibt Einblick in die sich darin spiegelnden Lebensthemen. Jeder, der sich mit dem Bogenschießen auseinandersetzt, tut dies auf dem Erlebnishintergrund seiner eigenen Geschichte. So werden Grundanschauungen im gegenwärtigen Erleben aufgerufen und für die Einzel- und Gruppentherapie effektiv zugänglich. Dem Umgang mit Emotionen, ihrem motorischen Ausdruck und ihrer Symbolisierung im tiefenpsychologischen Entwicklungs- und Interaktionsprozess werden wir Raum geben. Das Verweilen im Moment öffnet Räume zur Regulierung von Aufmerksamkeitsprozessen und ermöglicht neue Erfahrungen und Transformationen.

Fallbeispiele aus dem Klinischen Einsatz ergänzen die eigenen Erfahrungen mit der Wirkungsweise des Therapeutischen Bogenschießens. Im Vordergrund steht dabei die Vermittlung der achtsamen untersuchenden Begleitung und Haltung der TherapeutIn nach den Grundprinzipien der Hakomi Methode.

Es wird ein Spektrum von Anwendungsmöglichkeiten aufgezeigt, das vom Einsatz im persönlichen Zeit- und Stressmanagement über das Wechselspiel von Spannung und Entspannung, der Fokussierung der Aufmerksamkeit bis zur Erweiterung von Selbstregulationsmechanismen reicht. Zusätzlich zum Aspekt der Selbsterfahrung werden ambulante und klinische Einsatzmöglichkeiten des therapeutischen Bogenschießens für spezielle Indikationsbereiche und Persönlichkeitsentwicklungen in der Einzel-, Paar- und Gruppentherapie sowie in der Arbeit mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen aufgezeigt.

### Die Module

#### 1: Grundlagen des Bogenschießens

- Geschichte / Materialkunde / Der Langbogen
- Struktur des Bewegungsablaufes / Selbstregulation

#### 2: Bogenschießen in der Bewegungstherapie

- Ambulante und Klinische Indikationen

#### 3: Bogenschießen als Bewegungsmeditation

- Angewandte Achtsamkeitstechniken

#### 4: Therapeutische Begleitung am Bogen

- Körperorientiert / Erfahrungsorientiert

#### 5: Bogenschießen in der Körperpsychotherapie

- Prozessorientiert

#### 6: Das eigene Potential entfalten

- Einsatz des therapeutisch-meditativen Bogenschießens
- Lehrprobe und Supervision

### Leitung:



#### Patricia Wurll (geb. 1962)

Dr. paed., zertifizierte HAKOMI-Therapeutin, Körperpsychotherapeutin (ECP), Mitglied im Lehrteam des HAKOMI Instituts, langjährige Erfahrung im meditativem und therapeutischen Bogenschießen.



### Kosten

3.240,00 EUR

**Bei Ratenzahlung:** 3.450,00 EUR als Anzahlung von 1.450,00 und 16 Monatsraten á 125,00 EUR

#### Zusatzkosten Modul 5 (7 Tage):

Unterbringung im Seminarhofholzapfel (www.seminarhof-holzapfel.de), EZ 420,00 EUR, DZ 380,00 EUR oder 3-Pers.-Zimmer 360,00 EUR, Vollpension; nur Verpflegung: 275,00 EUR

# FORTBILDUNG THERAPEUTISCHES BOGENSCHIESSEN

## Angewandte Achtsamkeitstherapie

Termine aufeinander aufbauender  
Fortbildungsmodule 2012/2013:

Ort	Dresden / Heigerding (nur Modul 4)	
Termine	Modul 1:	23.11. – 26.11.2012
	Modul 2:	25.01. – 28.01.2013
	Modul 3:	15.03. – 18.03.2013
	Modul 4:	13.07. – 20.07.2013
	Modul 5:	15.11. – 18.11.2013
	Modul 6:	07.02. – 10.02.2014
Zeiten	10.00 – 18.00 Uhr, 2 Stunden Pause letzter Tag bis 16.00 Uhr	
Kosten	3.240,- € Bei Ratenzahlung: 3.450,- € als Anzahlung von 1.450,- € und 16 Monatsraten á 125,- €	
Zusatzkosten Modul 2 (7 Tage)	im Seminarhof Holzapfel ( siehe Umschlagseite): EZ 420,- €, DZ 380,- € oder 3-Pers-Zi 360,- € Vollpension, nur Verpflegung 315,- €	