

Eutonie en Meditatief boogschieten

Een harmonisch samenspel



Tweedaagse: 30 april en 1 mei 2016.

in 't Verhaal te Burcht (nabij Antwerpen).

We leren
totaal
aanwezig
te zijn
bij iedere
handeling
en tegelijk
onbezorgd
te zijn
over het
resultaat.

Deze workshop is voor iedereen toegankelijk. Er is geen speciale kracht noch vaardigheid voor nodig. We schieten binnen op een afstand van 5 meter.

Eutonie komt van het Griekse ‘eu-tonos’ en betekent *harmonische/gepaste spanning*. Deze spanning hebben we nodig om onze levensdoelen op een adequate manier te bereiken: met respect voor het eigen lichaam, voor de medemens en voor de ons omringende wereld.

Boogschieten biedt ons een rijke metafoor om dit tot expressie te brengen.

Je leert in deze workshop souplesse en stabiliteit op een eenvoudige manier ontdekken. Met sensibele aandacht en in een langzaam ritme bereiden de eutonie-oefeningen je voor op een *meesterlijk* schot.

Een pijl die nog lang kan natrillen...

Bijdrage?

150 Euro: gebruik materiaal + koffie/thee zijn inbegrepen.
Eigen lunchpakket meenemen.

Wanneer?

Zaterdag 30 april én zondag 1 mei 2016 van 10 tot 17.30 u

Waar?

In 't ecologisch zaaltje *'t Verhaal*, Dorpstraat 12 te
2070 Burcht (bij Antwerpen).

Door wie?

- *Karliën Missinne*, eutoniepédagoge/ -therapeute en euritmiste,
- *Lieven Ostyn*, als arts ontwierp hij een toegankelijke manier van boogschieten als ondersteuning van bewustwording en van spirituele groei

Inschrijving?

karlien.missinne@gmail.com of tel. 0032 (0)3 253 08 94

<http://www.eutonievereniging.info>
www.meditatiefboogschieten.org