

Achtsamkeits- und intuitives Bogenschießen-Seminar

22.06.2017, 12:37 | Handel, Wirtschaft, Finanzen, Banken & Versicherungen

Pressemitteilung von: *Brechtel Gesundheitscoaching*

Presseagentur: *Die PRofilBerater GmbH*



Achtsamkeits-Seminar mit Sibylle Brechtel

In einem offenen Seminar von Brechtel Gesundheitscoaching, Diez bei Limburg, schärfen die Teilnehmer beim Bogenschießen ihr Gespür für Prozesse, die in ihnen und in ihrem Umfeld ablaufen.

„Intuitives Bogenschießen: Gespannt wie ein Bogen oder ...?“ – so lautet der Titel eines offenen Seminars, welches das Trainingsunternehmen Brechtel Gesundheitscoaching, Diez, am 18. August in Gnadenthal (bei Bad Camberg) durchführt. In dem Seminar, das von dem Spezialisten für Gesundheitsprävention auch als firmeninternes Seminar angeboten wird, schärfen die Teilnehmer beim intuitiven, meditativen Bogenschießen ihr Gespür für Prozesse, die in ihnen selbst und in ihrem Umfeld ablaufen. Außerdem erarbeiten sie für sich Strategien, um neue Herausforderungen beherrscht und gelassen anzugehen sowie durch ihr heutiges Handeln dafür zu sorgen, dass sie auch künftig für ihren Job „brennen ohne auszubrennen“.

In dem eintägigen Seminar lernen die Teilnehmer nach Aussagen der Expertin für Gesundheitsprävention Sibylle Brechtel unterschiedliche Methoden kennen, „um mental zur Ruhe zu kommen, eine achtsame Grundhaltung zu entwickeln und mit Stress konstruktiv umzugehen“. Als Medium hierzu wird laut Aussagen der TAA-Trainerin „Achtsamkeit am Arbeitsplatz“ sowie „Intuitives Bogenschießen für Coaching, Beratung und Therapie“ weitgehend das intuitive, meditative Bogenschießen genutzt. Beim Bogenschießen lernen die Teilnehmer, sich auf das Wesentliche zu konzentrieren, ihre innere Ruhe zu finden sowie Aufmerksamkeit zu lenken und so im Berufs- und Lebensalltag, wenn sie vor herausfordernden Aufgaben stehen, einen Zustand von innerer Gelassenheit und Präsenz zu erreichen. Begleitet wird die Arbeit am Bogen von Atem- und Körperübungen.

Die Gebühr für die Teilnahme an dem offenen Seminar „Intuitives Bogenschießen: Gespannt wie ein Bogen oder ...?“ beträgt 490 Euro (+ MwSt.); Equipment, Erfrischungen und Mittagessen sind im Preis enthalten. Nähere Infos über die offenen und firmeninternen Seminare von Brechtel Gesundheitscoaching finden Interessierte auf der Webseite www.brechtel-gesundheitscoaching.de. Sie können Sibylle Brechtel auch persönlich kontaktieren (Tel.: 0 64 32/6 26 87; Email: info@brechtel-gesundheitscoaching.de).

Portrait

„Gesund leben, gesund arbeiten, gesund führen“ – so lautet der Slogan des Unternehmens Brechtel Gesundheitscoaching, Diez. Das 2009 von der Gesundheitstrainerin und -beraterin Sibylle Brechtel gegründete Unternehmen unterstützt vorwiegend Klein- und Mittelunternehmen sowie öffentliche Verwaltungen dabei, die Gesundheit, das Wohlbefinden sowie die Leistungsfähigkeit und -bereitschaft ihrer Mitarbeiter zu bewahren – durch Gesundheitsseminare, -trainings und -coachings.

Eine entsprechende Unterstützung beim Fördern und Bewahren ihrer Gesundheit sowie ihres Spaßes am Leben und an der Arbeit bietet Brechtel Gesundheitscoaching zudem Einzel- und Privatpersonen, die beruflich und/oder privat stark engagiert sind. Die Inhaberin des Unternehmens Sibylle Brechtel, die seit über 30 Jahren in den verschiedensten Funktionen im Gesundheitsbereich gearbeitet hat, hat zahlreiche Zusatzausbildungen in den Bereichen Gesundheitsprävention, Gesundheitssport, Stressmanagement sowie Ernährung absolviert – darunter auch eine Ausbildung zur Trainerin „Intuitives Bogenschießen für Coaching, Beratung und Therapie“ sowie zur Achtsamkeitstrainerin. Entsprechend ganzheitlich kann sie Unternehmen und Einzelpersonen unterstützen und beraten.

News-ID: 956088 • Views: 556 (Stand: 07.10.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/956088/Achtsamkeits-und-intuitives-Bogenschiessen-Seminar.html>