

# Workshopangebote - unter Corona-Bedingungen

## In der Ruhe liegt die Kraft

Workshopangebote an  
St. Engelbert

Suchen  
bewegen  
finden  
an St. Engelbert

Samstag,  
15.08.2020  
13.30 Uhr



Eine Veranstaltung in Kooperation von:

Kath. Jugendagentur (KJA) Wuppertal gGmbH |  
Felizitas Marx, Nicole Kaluza, Julian Prete

DJK LV NRW | Norbert Koch

Kath. Bildungswerk Wpt/SG/RS | Simon Oelgemöller

Kath. Kirchengemeinde St. Clemens | Konrad Meyer,  
Rita Rhefus, Christa Höhmann



### Impressum

Herausgeber:  
Kath. Kirchengemeinde St. Clemens

Verantwortlich i.S.d.P.:  
Michael Mohr, Pfarrer  
Goerdelerstr. 80, 42651 Solingen

## Angebote für Jung und Alt

Suchen  
bewegen  
finden  
an St. Engelbert

Samstag,  
15.08.2020

13.30 - 16.30 Uhr

4 Workshop-Angebote mit  
liturgischem Abschluss

Ort: St. Engelbert,  
Sandstr. 20, 42655 Solingen

Ansprechpartner: Konrad Meyer  
konrad.meyer@kathsg.de

Keine Teilnahmegebühr

Coronabedingt ist eine Anmeldung bis zum **08.08.2020 notwendig** unter:

[konrad.meyer@kathsg.de](mailto:konrad.meyer@kathsg.de)

# Suchen bewegen finden

## Zur Ruhe kommen und Kraft schöpfen

Gerade auch jetzt, in und trotz dieser seltsamen Corona-Zeit, die Zeit zur Besinnung und Konzentration wahrnehmen, mit den entsprechenden Regeln auch wieder Gemeinschaft erleben und füreinander da sein.

Einige Änderungen zu den früheren Workshop-Nachmittagen müssen wir vornehmen - so können wir wegen der notwendigen Abstände nur 4 statt 6 Workshops anbieten - und - **man muss sich anmelden und dabei für einen Workshop entscheiden!** Ein Wechsel ist leider nicht möglich; eine Alternative angeben, falls der gewünschte Workshop schon voll ist, ist sinnvoll.

## ABLAUF

### Impuls

**4 Workshop-Angebote:**  
(für einen muss man sich entscheiden)

- Der entspannte Bogen
- Ukulelespielen ist kinderleicht
- Boule ist cool
- Klettern bis in die Baumspitzen

### Liturgischer Abschluss



## Boule ist cool

Boule ist eine Sportart für jedes Alter und für alle. Leicht zu lernen und die Begeisterung springt sofort über. Lassen Sie sich anstecken!



## Klettern bis in die Baumspitzen

Klettern ist eine tolle Sache, um das Vertrauen zu sich selber und zu anderen Personen zu stärken. Um zu klettern ist höchste Konzentration notwendig, damit ihr die Spitze des Baumes erklimmen könnt. Wir machen euch mit der Kletterausrüstung vertraut und zeigen euch wie ihr die Kletterin/den Kletterer sichert und natürlich dürft ihr auch selber einmal hoch oben in den Baum. Für Gleichgewichtsübungen haben wir auf dem Boden eine Slackline für euch gespannt.

3 unterschiedlich schwere und verschieden hohe Bäume warten auf Euch:  
Der Baum „David“, der Baum „Pippi Lotta“ und der Baum „Goliath“!  
Und natürlich: Die Himmelsleiter „TEAMO“!  
Traut Euch!



## Der entspannte Bogen

Gespannt – Entspannt: Ob beim Bogen oder bei uns Menschen – Beides ist notwendig, nur dann können wir unsere Ziele erreichen. Mit dem Erlernen des intuitiven Bogenschießens kann der Schütze und die Schützin das Ziel im Blick haben, die Natur drum herum wahrnehmen, den Bewegungsablauf kennenlernen und einen achtsamen Blick auf das Leben gewinnen.



## Ukulelespielen ist kinderleicht

Wohl kein Instrument lässt sich so schnell erlernen. Am Ende des Workshops spielen wir schon mind. drei Lieder gemeinsam. Ein Zauberinstrument. Wer möchte „verzaubert“ werden?