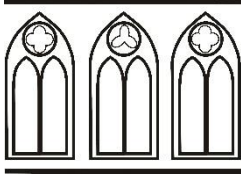


Kloster Bad Wimpfen



Zur Ruhe kommen. Kraft schöpfen. Den eigenen Fokus wiederfinden.

Unser gemeinsames Format richtet sich an Menschen, die im Alltag viel leisten, sich oft gestresst fühlen und sich bewusst Zeit für sich selbst nehmen möchten.

Claudia Murgia vermittelt praxisnahe Impulse zur Stressbewältigung und Burnout-Prävention. Sie zeigt, wie innere Stärke, Gelassenheit und ein gesunder Umgang mit Belastungen Schritt für Schritt aufgebaut werden können.

Maria Halm begleitet die Teilnehmenden beim meditativen Bogenschießen. Dabei geht es nicht um sportliche Höchstleistungen, sondern um Achtsamkeit, Konzentration und das bewusste Erleben des Augenblicks. Jeder Pfeil lädt dazu ein, den Kopf freizubekommen, loszulassen und den eigenen Fokus neu auszurichten.



Malteser
...weil Nähe zählt.

Gemeinsam entsteht ein einzigartiges Erlebnis, das Körper und Geist verbindet: mit dem Ziel, neue Energie zu schöpfen, innere Ruhe zu finden und gestärkt in den Alltag zurückzukehren.

Kursgebühr:

479,- Euro pro Person

zzgl. Unterkunft und Verpflegung

Leitung:

Maria Halm,

Systemischer Karrierecoach & Mentorin für
meditatives Bogenschießen

Claudia Murgia

Zertifizierte Mental und

Kommunikationstrainerin & Stress- und
Burnoutcoach

Termin:

Freitag, 04.09. – Sonntag, 06.09.2026

Info und Anmeldung:

Kloster Bad Wimpfen

Lindenplatz 7

74206 Bad Wimpfen

Tel. 07063 9704-0

kloster.badwimpfen@malteser.org

www.kloster-bad-wimpfen.de

