

# Dein ruhiger Geist spannt den Bogen

## Workshop mit Roger und Jörg

Achtsamkeit & Resilienz im Dialog mit Pfeil und Bogen

Ein dreitägiger Workshop, der Achtsamkeit, innere Ruhe und die Kunst des Bogenschiessens miteinander verbindet.

Für Menschen, die Präsenz, Klarheit und innere Stabilität im Alltag stärken möchten.

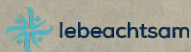


Organisation &  
Durchführung:



**Roger Sigrist**

Teamentwicklung Supervision Coaching



Datum: Freitag 5. bis Sonntag 7. Juni 2026  
Ort: Seminarhotel Lihn, Filzbach Glarus  
Kosten: CHF 1799.-- (Ermässigung 10% bei Frühbuchung)

Zielgruppe: Für alle interessierten Menschen.  
Meditationserfahrung ist hilfreich, jedoch nicht Voraussetzung.  
Der Umgang mit Pfeil und Bogen darf neu sein.

[www.sigrist.coach](http://www.sigrist.coach)

[www.lebeachtsam.ch](http://www.lebeachtsam.ch)

Details und Anmeldung: Roger Sigrist und Jörg Kyburz