

### Referenten

\* Dr. Andrea König



Evangelische Theologin und Pädagogin, Referentin „forum frauen“ im Amt für Gemeindedienst ELKB, Autorin von „Die Bibel sportlich nehmen - Mit Martha und Mose in Balance“

\* Günter Kusch



Pfarrer, Redakteur, Erwachsenenbildner, Referent „forum männer“ im Amt für Gemeindedienst ELKB, Autor von „Die Bibel sportlich nehmen - Mit Martha und Mose in Balance“

\* Reinhold Schweiger



Dipl- Sozialpädagoge (FH), Erlebnispädagoge, Bergexerzitienleiter, Sportreferent im Amt für Evangelische Jugendarbeit, Autor von „Die Bibel sportlich nehmen - Mit Martha und Mose in Balance“

\* Carola Spiegel



Mag.Phil., Dipl. Theol., ausgebildete Pastoralreferentin, Yogasana - Yogalehrerin SKA, Dozentin für Yoga-Philosophie an der SKA Bad Wörishofen, Referentin für Kinder-Yoga der Caritas München und dem Bildungswerk Nürnberg, Autorin „Die Bibel sportlich nehmen - Mit Martha und Mose in Balance“

### „Bibel und Yoga“ im Wildbad

- \* Beginn am Dienstag | 04.07.2023 | 9.00 Uhr
- \* Ende am Mittwoch | 05.07.2023 | 16.00 Uhr

#### Anmeldung bitte bis

- \* **Freitag, 02. Juni 2023** über die Homepage vom Amt für Gemeindedienst [www.afg-elkb.de/fortbildung-veranstaltungen/](http://www.afg-elkb.de/fortbildung-veranstaltungen/)
- \* Rückfragen möglich unter [forum-frauen@afg-elkb.de](mailto:forum-frauen@afg-elkb.de) [forum-maenner@afg-elkb.de](mailto:forum-maenner@afg-elkb.de)
- \* Eine kostenfreie Stornierung ist bis 16.06.2023 möglich. Danach behalten wir uns vor, Stornogebühren zu berechnen.

Wildbad Tagungsort Rothenburg o. d. T.  
 Taubertalweg 42 | D-91541 Rothenburg o. d. T.  
 Fon +49 (0) 9861.977-0 | Fax +49 (0) 9861.2605  
 info@wildbad.de | [www.wildbad.de/spirituelle-angebote](http://www.wildbad.de/spirituelle-angebote)

Mitglied von

**wildbad**  
tagungsort · rothenburg o.d.T.  
in verantwortung leben

Ein Haus der Evangelisch-Lutherische Kirche in Bayern

© www.sensum.de | Grundlayout | 06-2012 | nachhaltiger und klimaneutraler Druck bei dieumweltzucker.de

Bild: pixabay.com/Peggy\_Marco

**BIGA**  
BIBEL GANZHEITLICH

# Bibel und Yoga

## Die Bibel sportlich nehmen

Multiplikator\*innen-Fortbildung

04. bis 05. Juli 2023



## „Bibel und Yoga“ im Wildbad

Die Bibel sportlich nehmen

Multiplikator\*innen-Fortbildung

**Dienstag, 9.00 Uhr, bis Mittwoch, 16.00 Uhr**

Biblische Geschichten bewegen. Und: Sie lassen sich über Bewegungen erfahren. Biga ist ein neues Konzept, das Bibel und Körpereinsatz verbindet. Die biblischen Geschichten von Frauen und Männern werden mit Übungen aus dem Yoga kombiniert. So kann man ganzheitlich nachempfinden, was Josef, Maria und andere biblische Figuren in existentiellen Situationen gedacht und gefühlt haben.

Diese Multiplikator\*innen-Fortbildung bietet theologische Einblicke und praktische Übungen für einen bewegenden Umgang mit biblischen Lebensgeschichten. Im Rahmen der Fortbildung gibt es eine Einführung in das Konzept Biga. Mit Absolvierung der Fortbildung erhalten die Teilnehmenden ein Zertifikat zum „Biga-Teacher“, mit dem Sie selbst Fortbildungen in Kirchengemeinden anbieten können.

## Programm

Anreise ab 8.30 Uhr –  
Zimmerverteilung ab 14.30 Uhr



**Dienstag**

- 9.00 Ankommen, Kaffee und Tee
- 10.00 Vorstellung, Einstellung, Aufstellung in der Berghaltung
- 11.00 Einführung in das Konzept „Biga - Bibel ganzheitlich erleben“
- 11.30 **Josef 1. Teil – Lebensthemen, Lebensformen, Asanas**
- 12.30 Mittagessen
- 14.00 **Josef 2. Teil – Lebensthemen, Lebensformen, Asanas**
- 15.30 Kaffee und Tee
- 16.00 Meine persönlichen Josef-Themen - Gesprächsgruppen mit Impulsen
- 17.30 Fragen, Diskussion, Feedback
- 18.30 Abendessen
- 20.30 Biga-Andacht in der Kapelle  
„Mit Maria Magdalena auf dem Weg ins Leben“



**Mittwoch**

- 7.30 Mit dem „Sonnengruß“ aufgehen in den Tag
- 8.00 Frühstück
- 9.30 **Debora 1. Teil – Lebensthemen, Lebensformen, Asanas**
- 11.00 Kaffee und Tee
- 11.30 **Debora 2. Teil – Lebensthemen, Lebensformen, Asanas**
- 12.30 Mittagessen
- 13.30 Zweier-Teams im Praxis-Test:  
Wir erstellen eine 15-minütige Biga-Einheit
- 15.00 Vorstellung der Ergebnisse und Rückmeldungen
- 15.45 Kaffee und Tee  
anschließend Zertifikate, Abschied und Biga-Reisesegen

## Seminarpreis

Die Gesamtkosten für die Fortbildung inklusive Unterkunft und Verpflegung, exklusiv Getränke betragen:

- \* **175,00 EUR pro Person**  
**(hauptberufliche und ehrenamtliche Teilnehmende)**

**Dekanatsfrauenbeauftragte werden bezuschusst!**

Sonderkost auf Anfrage und gegen Aufpreis möglich.  
Zahlung bei Tagungsbeginn



- \* Die Corona- und Hygieneregeln werden selbstverständlich während der gesamten Tagung und besonders während der liturgischen Feiern eingehalten.
- \* Geeignete bequeme Kleidung – nach Möglichkeit Sportkleidung (je nach eigenem Temperatempfinden) – für Yoga
- \* Bitte eigene Yogamatte mitbringen

