

## Referent\*innen

\* 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 Mittwoch | 14.05.2025 | 9.00 Uhr
- \* Ende am Donnerstag | 15.05.2025 | 16.00 Uhr

Anmeldung bitte bis

- \* **Freitag, 04. April 2025**  
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@elkb.de](mailto:forum-frauen@elkb.de)  
[forum-maenner@elkb.de](mailto:forum-maenner@elkb.de)
- \* Eine kostenfreie Stornierung ist bis 06. April 2025 möglich. Bei Stornierung ab dem 07. Mai 2025 fällt der Gesamtbetrag als Stornogebühr an.

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](mailto: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

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



**BIGA**  
BIBEL GANZHEITLICH

# Bibel und Yoga

## Die Bibel sportlich nehmen

Multiplikator\*innen-Fortbildung

14. bis 15. Mai 2025



## „Bibel und Yoga“ im Wildbad

Die Bibel sportlich nehmen

Multiplikator\*innen-Fortbildung

**Mittwoch, 9.00 Uhr, bis Donnerstag, 16.00 Uhr**

Biblische Geschichten bewegen. Zudem lassen sie 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, mit dem Sie selbst Fortbildungen, z.B. in Kirchengemeinden, anbieten können.

## Programm

Anreise ab 8.30 Uhr –  
Zimmerverteilung ab 14.30 Uhr



### Mittwoch

- 9.00 Ankommen, Kaffee und Tee
- 10.00 Vorstellung des Teams, Begrüßung, Kennenlernen, Einführung in das Konzept „Biga – Bibel ganzheitlich“ anschließend  
**Josef 1. Teil – Lebensthemen, Lebensformen, Asanas**
- 12.00 Mittagessen
- 14.00 **Josef 2. Teil – Lebensthemen, Lebensformen, Asanas**
- 15.30 Kaffee und Tee
- 16.00 Meine persönlichen Josef-Themen – Gesprächsgruppen mit Impulsen – „Walk & Talk“
- 17.30 Fragen, Diskussion, Feedback
- 18.00 Abendessen
- 19.00 Biga-Andacht (Park oder Kapelle)  
„Mit Amos neue Hoffnung schöpfen“
- 20.00 Ausklang ggf. die Möglichkeit Rothenburg zu besichtigen



### Donnerstag

- 7.30 Mit dem „Sonnengruß“ aufgehen in den Tag
- 8.00 Frühstück
- 9.30 **Martha 1. Teil – Lebensthemen, Lebensformen, Asanas**
- 11.30 **Martha 2. Teil – Lebensthemen, Lebensformen, Asanas**
- 12.00 Mittagessen anschließend Kaffee, Tee und Kuchen
- 13.30 Zweier-Teams im Praxis-Test:  
Wir erstellen eine 15-minütige Biga-Einheit
- 15.00 Vorstellung der Ergebnisse und Rückmeldungen  
anschließend Überreichung der Zertifikate
- 16.00 Ende der Fortbildung mit einem Biga-Reisesegen.

## Seminarpreis

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

- \* **175,00 EUR pro Person**  
**(hauptberufliche und ehrenamtliche Teilnehmende)**
- \* **Für Dekanatsfrauen- und Dekanatsmänner-Beauftragte werden die Kosten der Fortbildung auf Anfrage übernommen.**  
**Informationen unter:**  
**forum-frauen@elkb.de**  
**forum-maenner@elkb.de**

Sonderkost auf Anfrage und gegen Aufpreis möglich.  
Zahlung bei Tagungsbeginn.



Bild: Torn\_Schraed

### INFORMATION

- \* Bequeme Kleidung für Yoga – nach Möglichkeit Sportkleidung (je nach eigenem Temperaturempfinden)
- \* Falls vorhanden eigene Yogamatte, Decke und kleines Kissen für Yogaübungen mitbringen.

