



Einladung zum Vortrag im Januar 2022

Shiatsu

- Energetische Körperarbeit – Berührung aus der Stille -

Shiatsu ist eine aus Japan stammende Körperarbeit, die sich an den Meridianen orientiert.

Shiatsu in Europa hat sich eigenständig entwickelt und leistet einen wichtigen Beitrag im ganzheitlichen Behandeln des Menschen. Durch die achtsame und ganzheitliche Shiatsu-Berührung können wir die Einheit des Körper-Geist-Seele-Systems erreichen. Unser Körper meldet oft ein Ungleichgewicht, welches sich z.B. durch Verspannungen, Schmerzen, Schlaf- oder Verdauungsstörungen bemerkbar macht. Diese Hinweise können wir im Shiatsu aufgreifen und energetisch erspüren. Tief wirkende Behandlungstechniken mit Daumen oder Handballen können Körperenergie zu Bewegung anregen und Selbstregulation aktivieren. Shiatsu wird am bekleideten Körper auf dem Futon, der Massageliege oder einem Massagestuhl praktiziert. Dieser heutige Einblick in die Shiatsupraxis möchte zeigen, welchen Stellenwert Körperarbeit im ganzheitlichen Behandeln einnimmt. Sie werden an diesem Abend schon kleine praktische Erfahrungen mit dieser wohltuenden effektiven Körperarbeit machen können.

Termin: **Mittwoch, 19.01.2022**

Referentin: **Sylvia Münch**, Shiatsu-Praktikerin und -Lehrerin am ISOM/Bonn

Beginn: **19 Uhr** (Einlass ab 18.45 Uhr, **Anmeldung erforderlich**)

Dauer: bis ca. 21 Uhr mit praktischen Beispielen und Diskussion

Der Vortrag ist **kostenfrei**, Spenden sind willkommen. **Wir freuen uns auf Sie.** ☺