

Jin Shin Jyutsu-Selbstströmtag „Wellness für Deine Augen“

am Samstag, 29.07.2023 mit Petra Weber

An diesem Selbstströmtag geht es darum, Deine Augen zu verwöhnen und zu entlasten. Du betrachtest, was genau Deine Augen stresst und unterstützt sie durchs Strömen intensiv.

Folgende Themen erwarten Dich am Selbstströmtag

- Was bringt Deine Augen von innen heraus zum Strahlen?
- Wo liegt bei Dir die Spannung? Wieso ist Dein Auge vielleicht nicht optimal versorgt?
- Was willst/kannst Du nicht sehen?
- Welche Sequenzen kannst Du in den Alltag einbauen, damit Du möglichst lange ohne Brille auskommst oder Deine Sehkraft stärkend unterstützen kannst? (Ich berichte aus eigener Erfahrung).
- Was kannst Du bei schweren Augenerkrankungen strömen, um eine medizinische Behandlungen zu begleiten und möglichst lange Dein Augenlicht zu erhalten?

Gönne Dir diesen Tag und kümmere Dich mit liebevollem Strömen um Deine Augen. Mit gezielten Griffen und Fingerübungen kannst Du Harmonie und Entspannung in den gesamten Kopfbereich bringen. Übrigens: Das Selbstströmen wird durch die Energie der Gruppe um ein Vielfaches verstärkt.

Organisatorisches

Alle Teilnehmenden strömen sich am Jin Shin Jyutsu-Selbstströmtag selbst. Dazu sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Eine schriftliche Zusammenfassung und Anleitung für die Selbsthilfe kannst Du am Kurstag gerne mitnehmen.

Ich empfehle Dir bequeme Kleidung. Was Du brauchst: eine bequeme Unterlage, aus Schaumstoff, oder eine Liege, Decke, Kissen, alles was es Dir möglich macht Dich im Liegen zu entspannen. Kaffee, Tee und Wasser sind ausreichend vorhanden. Es gibt auch kleine Pausensnacks und natürlich Obst. Für Getränke berechne ich eine **Getränkepauschale von 5,00 €**, die ich vor Ort einsammle. Ausreichend Parkplätze findest Du vor der Haustüre. Ich freue mich, wenn Du etwas Leckeres für unser Zwischendurch-Buffer mitbringst. Mittags bestelle ich einen Tisch in der Pizzeria La Romantica. Wenn Du möchtest, komm gerne mit.

Für den Kurs ist eine Mindestteilnehmerzahl von 6 Personen vorgesehen. **Ich bitte um verbindliche Anmeldung bis spätestens 14.07.2023.** Die Anmeldung ist erst mit dem Eingang der Kursgebühr gültig. Eine Rechnung bekommst Du am Kurstag ausgehändigt.

Kursort: Friedenskirche Stadtbergen, Pfarrsaal, Am Graben 21, 86391 Stadtbergen

Praxis: Ringstr. 24, 86391 Stadtbergen

Tel: 0821 24 33 555

Kurszeit: Samstag von 09.30 bis 17.00 Uhr (Mittagspause ca. 1,5 Stunden)

Kursgebühr: 100,00 Euro