

# Themen-Selbsthilfekurs „Von der Theorie zur Praxis: Jin Shin Jyutsu im Alltag anwenden“

am 30.11.2024 mit Petra Weber

An diesem Tag betrachten wir Jin Shin Jyutsu einmal ganz praktisch: Wie kannst Du Dein theoretisches Wissen in der Praxis umsetzen? Du lernst, wie Du für Dich selbst sinnvolle Strömprogramme oder Abfolgen erstellst, die perfekt in Deinen Alltag passen und Dich auf Deinem Weg des „Erkenne Dich selbst“ und „Hilf Dir selbst“ weiterbringen.

Du lernst in diesem Themen-Selbsthilfekurs

- verschiedenste Möglichkeiten, Dich selbst zu strömen.
- Hilfsgriffe für Akutsituationen
- Strömabfolgen die Dich darin unterstützen, Deine alten Gedanken- und Verhaltensmuster zu hinterfragen und Unstimmiges immer mehr loszulassen.
- wie Du die Fülle des Jin Shin Jyutsu in kleine Einheiten einteilst und sinnvoll anwendest.
- zu erkennen, welches Sicherheitsenergieschloss gerade besondere Zuwendung braucht.
- den Unterschied zwischen Organ- und Dreieinigkeitsströmen in der praktischen Anwendung.
- Zusammenhänge verstehen und freier und kreativer in der Selbsthilfe zu werden.

Dieser Tag ist ein Geschenk von allen Teilnehmenden an sich selbst! Deine Hände und Füße sind Starthilfekabel, die Du im Alltag immer dabei hast. In diesem Kurs lernst Du, sie gezielt einzusetzen.

„Es geht um das ‚Erkenne mich selbst – es ist.‘“ Mary Burmeister

## Organisatorisches

Bitte bringe Schreibblock, bunte Stifte (gelb, blau, grün, rot und schwarz), dicke Socken, Decke, Kissen und Isomatte oder Liegenauflage mit. Ich empfehle Dir bequeme Kleidung.

Kaffee, Tee und Wasser sind ausreichend vorhanden. Es gibt auch kleine Pausensnacks und natürlich Obst. Für Getränke berechne ich eine **Getränkepauschale von 5,00 Euro**, die ich vor Ort einsammle. Ausreichend Parkplätze findest Du vor der Haustüre. Ich freue mich selbstverständlich, wenn Du etwas für unser Zwischendurch-Bufferet mitbringst. Mittags bestelle ich einen Tisch in der Pizzeria La Romantica. Wenn Du möchtest, komm gerne mit.

Für den Kurs ist eine Mindestteilnehmerzahl von 8 Personen vorgesehen. **Ich bitte um verbindliche Anmeldung bis spätestens 22.11.2024. Die Anmeldung ist erst mit dem Eingang der Kursgebühr verbindlich.** Eine Quittung bekommst Du von mir am Kurstag ausgehändigt.

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

Kontakt: E-Mail: [info@jin-shin-jyutsu-augsburg.de](mailto:info@jin-shin-jyutsu-augsburg.de); Tel: 0821 24 33 555

Kurszeiten: Samstag, 30.11.2024 von 09:30 bis 17:00 Uhr (Mittagspause ca. 1,5 Stunden)

Kursgebühr: 179,00 Euro (inkl. Arbeitsmaterialien)