

Herzliche Einladung zum

Jin Shin Jyutsu-Selbstströmtag „Leichtigkeit beginnt in Dir“

am Samstag, 11.10.2025 mit Petra Weber

Dieser Selbstströmtag dreht sich um das Thema Leichtigkeit: Es geht darum, eine mühelose Wirklichkeit zu schaffen: Du wünschst Dir etwas und es kommt, ganz ohne Anstrengung. Ist Leichtigkeit zurzeit ein Fremdwort für Dich? Denkst Du, dass Du Dir alles Verdienen musst? Dann dürfte Dir dieser Tag neue Erkenntnisse bringen.

An diesem Tag strömst Du Abfolgen, die intensiv die Leichtigkeit stärken. Leichtigkeit bedeutet, entspannt zu sein: lockere Schultern, tiefer Atem und frei sein von einengenden Gedanken und Einstellungen. Einen ganzen Tag lang zeigst Du Deinem eigenen System, dass und wie Leichtigkeit geht und machst Dich selbst neugierig auf mehr. Auch nachher zuhause kannst Du das Gelernte weiter anwenden und damit die Schwere aus Deinem Leben verabschieden.

Gönne Dir diesen Tag, um leicht und locker zu werden, im Denken und Handeln und spüre die starke Wirkung beim Strömen in der Gruppe.

Alle Teilnehmenden strömen sich selbst. Dazu sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Eine schriftliche Zusammenfassung mit Anleitung zur Selbsthilfe bekommst Du von mir.

Ich empfehle Dir bequeme, warme Kleidung. Ansonsten brauchst Du eine möglichst weiche Unterlage, Decke und eventuell ein Kissen. Ausreichend Parkplätze findest Du vor der Haustüre. Kaffee, Tee und Wasser sind ausreichend vorhanden, es gibt am Zwischendurch-Buffer auch kleine Pausensnacks und natürlich Obst. Selbstverständlich freue ich mich, wenn Du etwas dafür mitbringst. Für Getränke berechne ich eine **Getränkepauschale von 5,00 Euro**, die ich vor Ort einsammle. Mittags bestelle ich für alle 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 03.10.2025.** Die Anmeldung ist erst mit dem Eingang der Kursgebühr gültig. Eine Rechnung darüber bekommst Du am Kurstag.

Kursort: Ev. Friedenskirche Stadtbergen, Am Graben 21, 86391 Stadtbergen

Anmeldung: E-Mail: info@jin-shin-jyutsu-augsburg.de Tel.: 0821 24 33 555

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

Kursgebühr: 119,00 Euro