

Jin Shin Jyutsu-Selbstströmtag „Kraftvoll in Deiner Mitte“

am Samstag, 20.01.2024 mit Petra Weber

An diesem Selbstströmtag geht es darum, Deine Mitte besser kennenzulernen und zu ihr zurückzufinden. Wir betrachten, was genau Deine Mitte ist, was Dich aus der Mitte bringt und strömen intensiv, um die Mitte (wieder) zu öffnen.

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. Übrigens: Das Selbstströmen wird durch die Energie der Gruppe um ein Vielfaches verstärkt.

Folgende Themen erwarten Dich am Selbstströmtag:

- Die „Mitte“ im Jin Shin Jyutsu: Wirbelsäule und Taillenebene
- Was bringt Dich aus Deiner Mitte?
- Stromverläufe, mit denen Du Deine „Mitten“ öffnen und harmonisieren kannst
- So kann Jin Shin Jyutsu helfen, wieder stabil und verankert zu sein
- Tipps für die Selbsthilfe, wie Du trotz Veränderungen dauerhaft bei Dir und an die universelle Quelle angebunden bleibst

Organisatorisches

Was Du brauchst: Ich empfehle Dir bequeme Kleidung. Außerdem eine dicke Unterlage aus Schaumstoff oder eine Liege, Decke, Kissen – alles was es Dir möglich macht, Dich im Liegen gut 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 06.01.2024.** 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
Tel: 0821 24 33 555
Kurszeit: Samstag von 09.30 bis 17.00 Uhr (Mittagspause ca. 1,5 Stunden)
Kursgebühr: 119,00 Euro