



Jin Shin Jyutsu

# JIN SHIN JYUTSU

## « STRÖMEN »



Jin Shin Jyutsu, auf deutsch «strömen» genannt, ist eine mehrere tausend Jahre alte Kunst zur Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden und zur Stärkung unserer Selbstheilungskräfte. Sie wurde anfangs des 20. Jh. in Japan neu belebt und ist mittlerweile wieder in der ganzen Welt verbreitet. Durch Auflegen der Hände auf bestimmte Stellen am Körper wird der Fluss der Körperenergie harmonisiert, Stress kann abgebaut und Beschwerden können gelöst werden. Selbsthilfe ist der Kern von Jin Shin Jyutsu.

### **SELBSTHILFEKURS**

### **Buch 3**

**9. März 2024**

In diesem Kurs lernen und erleben Sie die grosse Wirkung, welche in den Fingern und Zehen steckt. Wir erforschen den kraftvollen Finger-Zehen-Strom. Ebenso beschäftigen wir uns mit den Mudras (Fingerpositionen) und lernen, wie sie uns im Alltag mal zwischendurch, oder auch zum tiefen Reinigen und Auftanken unterstützen können.

Ort:	ehem. Grundstufe beim Zentralschulhaus Waltalingen
Datum/Zeit:	Samstag, 9. März, 9.00 Uhr - 17.00 Uhr
Kosten:	Fr. 140.- inkl. Buch, Seminarunterlagen, Pausengetränk/Snacks
Anmeldung:	bis 25. Februar 2024
Vorkenntnisse:	Selbsthilfekurs Buch 1 und /oder Selbsthilfekurs Buch 2

Der Kurs findet statt mit mindestens vier und maximal acht Teilnehmer/-innen.

### **Kursleitung | Info | Anmeldung:**

Magdalena Elmiger Reutimann, Guntalingen, Jin Shin Jyutsu Praktikerin und Selbsthilfelehrerin  
Tel. 079 882 15 11, Email: magdalena.elmiger@karotte.ch