

„Grundausbildung Shiatsu - die Kunst des Berührens“

mit Dipl Pflegefachfrau Cornelia Oechslin



Cornelia Oechslin, Pflegefachfrau mit Dipl. für Shiatsu Therapie,

Arbeitet neben ihrer Tätigkeiten in ihrer Shiatsupraxis in Kirchberg (Gähwilerstrasse 16, 9533 Kirchberg SG) im Nachtdienst in der Rehaklinik in Zihlschlacht.

Was ist Shiatsu? (*japanisch für Fingerdruck*), ist eine Massageform, bei der die Energiebahnen die sogenannten Meridiane, behandelt werden. Der natürliche Fluss der Energie wird angeregt, Spannungen und Blockaden werden gelöst, und Sie fühlen sich rundum gestärkt und mit Energie versorgt. Shiatsu fördert die Lebenskraft und trägt zur Verbesserung von Gesundheit und Lebensqualität bei, dies hilft insbesondere bei:

- Verspannungen, Stress, Unwohlsein
- Energielosigkeit, Erschöpfung
- Schlaf- und Verdauungsstörung
- Nervosität, Atembeschwerden

- Ängste, Depression, Nerven
- Geburtstrauma, Zappelkinder
- Konzentrationsstörung/
- Lernblockaden, etc.

„Shiatsu Grundausbildung in Theorie und Praxis“

setzt Offenheit für Energiearbeit in Massageform voraus

Dieser Kurs beinhaltet das Ziel der Vermittlung der Fähigkeiten und Wissen, um eigenverantwortliche und selbstständige einfache Shiatsu (Teil) behandlungen bei Familienmitglieder und Freunden in verschiedenen Formen/ Positionen durchführen zu können. Eine Offenheit und Achtsamkeit für eigene, wie auch gegenüber fremden Prozessen wird dabei besonders vermittelt und ist somit auch eine hervorragende Ausgangsposition um Stress, Nervosität und Aehnliches vorzubeugen.

Der Kurs findet in einer kleinen Gruppe in entspannter Atmosphäre statt. Eine Lerneinheit entspricht ca. der Dauer eines Tages und beinhaltet sowohl Theorie- als auch Praxis. Dies setzt natürlich auch voraus, dass der jeweilige Schüler sich dann im Voraus schon auf die jeweiligen Wasser-, Holz-, Metall-, Feuer und Erdtage im Eigenstudium sich auf das Thema vorbereitet um dann am Kurstag effizient arbeiten zu können um dann gemeinsam das Wesentliche auf den Punkt zu bringen.

www.shiatsu-oechslin.ch

Termine:	auf Vereinbarung
Kontakt:	071 944 14 01 corneliao@bluewin.ch
Ort:	Praxis für Shiatsu Cornelia Oechslin Gähwilerstr.16, Lila Haus, 1.OG, 9533 Kirchberg SG
Kosten:	SFr. 150 / Tag
Literatur	12 Meridiane und 5 Elemente, Wilfried Rappenecker
