



Jin Shin Jyutsu

Fühlen und wahrnehmen

Online am
31. Januar | 9. und 21. Februar

Fühlen und wahrnehmen

In dieser Sequenz geht es um das Fühlen. Sich selbst fühlen und wahrnehmen - ein einfaches Hinlauschen und ‚nur‘ bemerken. Wie fühle ich mich? Was fühle ich? Wie fühlt sich Körper an oder wie fühlen sich Gefühle und Emotionen an? Als einer unserer fünf Sinne formt das Fühlen, bzw. der Tastsinn unsere Wahrnehmung maßgeblich.

Mit den kraftvollen Selbsthilfe-Sequenzen aus dem Jin Shin Jyutsu nehmen wir wahr, gehen in die Stille und lauschen, welche Innenwelten sich uns offenbaren . . .

Und werden sehen, welche Wohltat wir unserem Körper und Geist damit tun – um gleichzeitig, herzerfrischende Beziehungen pflegen: mit uns selbst und mit anderen.

Jin Shin Jyutsu ist eine einfache Selbsthilfe, sie wirkt voller Harmonie auf unseren Körper, unseren Geist und unser gesamtes Wesen, unterstützt damit das Immunsystem und alle Wirkkreise unseres Seins.

Online am Montag, 31. Januar
Mittwoch, 9. Februar
und
Montag, 21. Februar
von 19h30 bis 21h

Kosten 50 Euro für drei Termine
20 Euro pro Termin

Die kraftvollen und einfachen Übungen sind für jeden leicht anwendbar und lassen sich bequem in den Alltag integrieren | um sich wohler und fitter zu fühlen | um Schmerzen zu lindern | bei akuten oder chronischen Belastungen | als wirkungsvolle und kräftigende Selbsthilfe | Vorkenntnisse sind nicht erforderlich

Der Weisheit unseres Körpers lauschen

Jin Shin Jyutsu

Berühren und berührt werden - spüren, wie gut das tut.

Sabine Krings | mobil +49 (0) 179 1215121 | info@sabinekrings.de | jsj-physiophilosophie.de

