

Was Mädchen und jungen Frauen bei Bauch- und Regelschmerzen hilft



Entspannung und Wohlbefinden
Jin Shin Jyutsu - sanfte Berührungen

Indem du liebevoll für dich sorgst, können viele typische Menstruationsbeschwerden gelindert werden.

Viele junge Mädchen leiden in den ersten Jahren unter starken Regelschmerzen, da sich der gesamte hormonelle Kreislauf erst einmal einstellen muss – starke Blutungen und Krämpfe sind Zeichen für ein Ungleichgewicht von Östrogen und Progesteron. **Mit Einsetzen der Menstruation** beginnt die fruchtbare Zeit im Leben einer Frau. Besonders die Phase zwischen Eisprung und einsetzender Blutung wird oftmals sehr intensiv wahrgenommen, man fühlt sich verletztlich, Schmerzen in Rücken und Unterleib, Bauchkrämpfe, Übelkeit und Blähungen können hinzukommen. **Unser Körper ist ein Wunder**, denn die glatte Muskulatur der Gebärmutter zieht sich jetzt zusammen, um sich von den Resten der Gebärmutter Schleimhaut zu befreien, die für die Einnistung einer befruchteten Eizelle aufgebaut worden war. Es ist ein großer Wandel, der sich Monat für Monat in deinem Körper und deiner Seele vollzieht.

Jin Shin Jyutsu ist eine einfache und sehr kraftvolle Selbsthilfe, mit der du deinen Zyklus sanft und leicht unterstützend begleiten kannst. Und gleichzeitig eine wohltuende Möglichkeit deinen gesamten Organismus in allen Prozessen zu harmonisieren und zu kräftigen. Unterleibsschmerzen, PMS, Kopfschmerzen, Heißhunger auf Süßes und viele andere ‚Begleiter‘ lassen sich durch sanfte Berührungen harmonisieren und auflösen. **Sei neugierig - bring eine Freundin mit und komm(t) vorbei!**



Kurstermin am

Donnerstag, 14. und Freitag, 15. Juli 2022
von 17h bis 18h30

Adresse

Praxis Lebensquell | Ratskeller Strasse 10
77855 Achern

Kosten

30 Euro

Anmeldung

bitte per Mail – info@sabinekrings.de



Einzel-Behandlungen für Jede/n

Termine am

Dienstag, 24. Mai | Donnerstag 2. Juni |
Freitag, 15. Juli

Kosten

60 Euro

Anmeldung

bitte per Mail – info@sabinekrings.de

Jin Shin Jyutsu

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