



WEITERE INFORMATIONEN ZU EINZELBEHANDLUNGEN UND KURSEN

Informationen zu meinen Shiatsu- und Qigong-Kursen entnehmen Sie bitte dem Einlegeblatt dieses Flyers oder meiner Internetseite www.shiatsu-frankfurt.de.

KLAUS STEINMETZ

- Heilpraktiker
- Arbeitet in eigener Praxis seit 1988
- Shiatsu-Praktiker (GSD),
Ausbildung am Europäischen Shiatsu-Institut und
Anerkennung durch die Gesellschaft für Shiatsu
in Deutschland
- Fußreflexzonen-Therapeut,
Ausbildung bei Hanne Marquardt
- Laufende Shiatsu-Fortbildung,
z. B. bei Pauline Sasaki, Cliff Andrews
- Klaus Steinmetz unterrichtet Shiatsu sowie Qigong
und begleitet Shiatsu-Studenten während ihrer
Ausbildung
- Arbeitet mit verschiedenen Bewegungsübungen
wie Taiji, „Die Acht Brokate“ u. a.

Shiatsu-Praxis

Klaus Steinmetz (Hp)

Leipziger Straße 52
60487 Frankfurt a. M.

Tel.: 069 - 707 32 11

Fax: 069 - 77 06 97 84

info@shiatsu-frankfurt.de

www.shiatsu-frankfurt.de



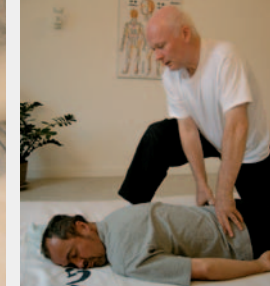
SHIATSU

Behandlungen Kurse Qigong





SHIATSU



WAS IST SHIATSU?

Shiatsu ist eine traditionelle japanische Behandlungsmethode. Im Shiatsu (jap.: Fingerdruck) geht man davon aus, dass die alles durchdringende Lebensenergie (jap.: Ki oder chin.: Qi) die Grundvoraussetzung allen Daseins ist. Ziel einer Shiatsu-Behandlung ist es, den ständigen Fluss der Lebensenergie zu fördern und auszugleichen.

Durch sanften, tief wirkenden Druck entlang der Energieleitbahnen (Meridiane) und durch Dehnung der Muskeln und Rotation der Gelenke wird Ihr Körper angeregt, sich selbst ins Gleichgewicht zu bringen. Die Selbstheilungskräfte Ihres Körpers werden gestärkt.

Shiatsu ist eine ganzheitliche Methode und behandelt immer den ganzen Menschen – in der Einheit von Körper, Geist und Seele.

DIE WIRKUNG VON SHIATSU

Tiefe Entspannung gibt Ihrem Körper und Geist den notwendigen Raum und die Zeit, sich zu regenerieren. Die daraus folgende allgemeine Vitalisierung steigert Ihre Abwehrkräfte und führt zu mehr Gesundheit und Wohlbefinden.

In der Ruhe der Behandlung, frei von den Zwängen des Alltags, können für Sie neue Lösungsansätze im Umgang mit Ihren aktuell anstehenden Lebensfragen entstehen.

Bei körperlichen Beschwerden oder Erkrankungen stellt Shiatsu durch die Aktivierung Ihrer Selbstheilungskräfte eine Unterstützung im Heilungsprozess dar.

WANN IST EINE SHIATSU-BEHANDLUNG ZU EMPFEHLEN?

Shiatsu ist hervorragend zur **Gesundheitsvorsorge** geeignet und unterstützt Sie in schwierigen Lebensphasen.

Ist es bereits zu **chronischen Beschwerden** oder zu **Erkrankungen** gekommen, kann Shiatsu eine große Hilfe sein, zum Beispiel bei:

- Stressbeschwerden
- Burnout-Syndrom
- Beschwerden des Bewegungsapparates
- Migräne
- Verdauungsbeschwerden
- Menstruationsbeschwerden
- Chronischen Erkrankungen

DIE SHIATSU-BEHANDLUNG

Eine Shiatsu-Behandlung dauert etwa eine Stunde und wird in der Regel auf dem Boden in bequemer Kleidung durchgeführt. Shiatsu ist aber auch, je nach Bedarf, auf einem Stuhl oder einer Liege möglich.

Um eine optimale Wirkung zu erreichen, wird eine Serie von Behandlungen empfohlen. Die Anzahl der Behandlungen wird auf Ihre individuelle Situation abgestimmt.

Eine Behandlung kostet 50,- Euro.
Termine nach telefonischer Vereinbarung.





PROGRAMM

FRÜHJAHR / SOMMER 2010

SHIATSU EINFÜHRUNGS-WOCHENENDE

An diesem Wochenende lernen Sie die Grundprinzipien von Shiatsu kennen: Shiatsu ist Behandlungstechnik, Bewegungskunst und Meditation in einem.

In gegenseitigen Behandlungen erfahren Sie, wie angenehm es ist, Shiatsu zu bekommen, und wie entspannend es ist, Shiatsu zu geben.

Sie erlernen einfache Shiatsu-Techniken, die im Freundes- und Bekanntenkreis angewendet werden können und eine wohltuende, entspannende Wirkung haben.

Termin: 06./07. Februar 2010 oder
19./20. Juni 2010
jeweils von 10–18 Uhr

Teilnahmegebühr: 120,- €

SHIATSU-BASISKURS

Der Shiatsu-Basiskurs besteht aus drei aufeinander aufbauenden Wochenendkursen, in denen die im Einführungs-Wochenende erworbenen Kenntnisse vertieft und erweitert werden. Ziel des Kurses ist es, ein einfaches Ganzkörper-Shiatsu geben zu können.

Termin: I 27./28. Februar,
II 20./21. März und
III 24./25. April 2010
jeweils von 10–18 Uhr

Teilnahmegebühr: 390,- € für 3 Wochenenden

ANGELEITETE SHIATSU-ÜBUNGSGRUPPE

Diese Übungsgruppe ist für alle gedacht, die sich in einer Shiatsu-Ausbildung befinden. Unter Anleitung werden verschiedene Körperübungen praktiziert, Behandlungstechniken geübt und offene Fragen besprochen.

Termin: Mi. von 19–21 Uhr

Teilnahmegebühr: pro Abend 15,- €

QIGONG – „DIE ACHT BROKATE“

Die traditionelle Qigong-Form „Die Acht Brokate“ besteht aus acht Übungen, die den Energiefluss im Körper anregen und die Körperwahrnehmung schärfen. Wir lernen, uns harmonisch aus unserer Körpermitte heraus zu bewegen und uns weg vom Alltagsstress in unserer Mitte zu sammeln und zu finden.

Die Übungen sind leicht erlernbar, werden im Stehen praktiziert, benötigen wenig Platz und können an fast jedem Ort problemlos ausgeführt werden.

Termin: ab Mo. 12. April 2010
10 x jeden Mo. 19–20 Uhr

Teilnahmegebühr: 120,- € für 10 Abende

■ BITTE MITBRINGEN

leichte, nicht einengende Kleidung und Socken;
für alle Shiatsu-Kurse Decke und kleines Kissen.

■ VERANSTALTUNGSORTE

Qigong-Kurse

Shiatsu-Praxis
Leipziger Straße 52
60487 Frankfurt a. M.

Shiatsu-Kurse

Hausener Brotfabrik im
„Zentrum für integrative
Körperarbeit“
Bachmannstraße 2
60488 Frankfurt a. M.

■ ANMELDUNG UND INFO

Shiatsu-Praxis Klaus Steinmetz (Hp)

Leipziger Straße 52
60487 Frankfurt a. M.
Tel.: 069 - 707 32 11
Fax: 069 - 77 06 97 84
info@shiatsu-frankfurt.de
www.shiatsu-frankfurt.de



ANMELDUNG

Durch Überweisung der Kursgebühr auf das Konto der Postbank Frankfurt a. M. 140 994 607, BLZ (500 100 60)

am _____ melde ich mich verbindlich für folgenden Kurs an:

Kurs: _____ von: _____ bis: _____

Name, Vorname: _____

Straße: _____ Ort: _____

Tel.: _____ E-Mail: _____

Ich bin körperlich und psychisch gesund und damit in der Lage, die Verantwortung zur Teilnahme an dem angemeldeten Kurs zu tragen.

Mit meiner Unterschrift erkläre ich mich auch mit den Anmeldebedingungen (siehe unten) einverstanden.

Ort/Datum _____ Unterschrift _____

ANMELDEBEDINGUNGEN

Mit der Überweisung der gesamten Teilnahmegebühr ist ein Platz für Sie reserviert.

Bei schriftlicher Abmeldung bis 3 Wochen vor Kursbeginn kann die Teilnahmegebühr abzüglich 15,- Euro Bearbeitungsgebühr erstattet werden. Danach ist eine Erstattung nur möglich, wenn ein/e ErsatzteilnehmerIn gefunden werden kann.

Für Körper- und Sachschäden kann keine Haftung übernommen werden.