

# NOVEMBER – LICHT UND SCHATTEN

EIN TAG FÜR MICH – STRÖMEN IM JAHRESKREIS



Der 11. Monat lädt uns ein an das laufende Jahr zurückzudenken und auch Momente zurückzulassen, die nicht mehr zuträglich sind. Die kommende Zeit ist die Zeit der Ruhe, des Rückzuges. Die Konzentration geht nach innen. Jin Shin Jyutsu bietet eine schöne Möglichkeit diesen Themen nachzuspüren.

THEMA	Licht und Schatten – fließende Übergänge
PROGRAMM	Fingerströmen durch Loslassen meine Energie im Fluss halten Strömen in Selbsthilfe unter Anleitung Mittagessen vom gemeinsamen Buffet gegenseitiges Strömen unter Anleitung
DATUM	Samstag, 2. November 2019 9.00 bis 16.00 Uhr
ORT	Praxiskursraum, Hellerstrasse 8, 9014 St.Gallen
GRUPPENGROSSE	mindestens 6, höchstens 12
MITBRINGEN	Decke, Kissen, Beitrag zum Mittagsbuffet
KOSTEN	CHF 120.–
KURSLEITUNG	Iva Herzmann, Jin Shin Jyutsu Praktikerin
ANMELDUNG	bis 20. Oktober 2019 Iva Herzmann, Hellerstrasse 8, 9014 St.Gallen, 071 278 48 68