

# Tanja Zimmermann

Autorisierte Jin Shin Jyutsu Praktikerin und Selbsthilfe Lehrerin  
St. Gallen / Mels

## Strömen und Bewegung in der Natur

im Weisstannental

Dienstag 29. September bis Freitag 2. Oktober 2020



Bewegtes SEIN GENIESSEN Stille Freude GEMEINSCHAFT Natur  
sich BERÜHREN lassen BERÜHRT SEIN

Diese Tage bieten uns Zeit zum Strömen und geströmt werden, in der Natur unterwegs sein, die Ruhe und Stille geniessen - an einem besonderen Ort in Weisstannen - im Hotel Alpenhof. Ein alt ehrwürdiges Hotel, dass uns heimelige Zimmer und genügend Raum anbietet für diese Tage.

- 7.15h möglicher Tagesbeginn in der Stille (freiwillig)
- 8h Strömen in Selbstanwendung nach Anleitung
- 9h Zmorgä
- Ab 11h freie Zeit / Wandern in der Umgebung / im Hotel SEIN...
- Ab 15h Kaffee und Kuchen (Individuell)
- 16h Gegenseitiges Strömen an der Liege nach Anleitung
- 18.30h Znacht

Abendprogramm alle gemeinsam (Spielen, Tanzen, Singen, ...)  
Am Freitag nach dem Zmorgä (ca. 11h) Kursende.

**Treffpunkt am Dienstag:** 11 h am Bahnhof **Sargans** (Parkplätze vor den Fahrradständern) von dort gemeinsame Anfahrt mit den Autos über Mels nach Weisstannen

**Mitnehmen:** Zum Strömen: Bequeme Kleidung, warme Socken, 1 Kopfkissen, Decke, evtl. persönliches Schreibmaterial, evtl. Gesellschaftsspiele, bitte bei der Anmeldung mitteilen, ob es möglich ist eine Liege mitzunehmen,  
Für Draussen: Wanderausrüstung, warme Kleider, Sonnen- und Regenschutz, Mittagslunch für alle Tage, Trinkflasche, eigene persönliche Utensilien

**Kosten pro Person:** 555 Franken im Doppelzimmer / 585 Franken im Einzelzimmer: Inklusiv Zmorgä und Znacht (vegetarisch), Kursraummiete, Kursleitung (Zvierikosten individuell)

**Anzahlung:** Wenn der Betrag von 150 Franken bei mir eingegangen ist, ist dein Platz reserviert.

Per Mail: [jsj@tanja-zimmermann.ch](mailto:jsj@tanja-zimmermann.ch) oder Telefon: 071 222 00 72

Die Tage finden statt, wenn sich 6 Teilnehmende definitiv angemeldet haben. Die Platzzahl ist auf 12 Personen beschränkt. Vorkenntnisse in Jin Shin Jyutsu sind nicht nötig.

Für weitere Fragen stehe ich selbstverständlich gerne zur Verfügung.

Bankverbindung:

Raiffeisenbank St. Gallen:

IBAN CH5580005000076404163

Konto lautend auf: Tanja Zimmermann Äschi 492 9428 Walzenhausen

Ich freue mich sehr auf diese Tage mit euch.

Herzlich Tanja



Jin Shin Jyutsu

\*\*\*\*\*