



Jin Shin Jyutsu

# JIN SHIN JYUTSU

## « STRÖMEN »



Jin Shin Jyutsu, auf deutsch «strömen» genannt, ist eine mehrere tausend Jahre alte Kunst zur Förderung von Gesundheit und Wohlbefinden und zur Stärkung unserer Selbstheilungskräfte. Sie wurde anfangs des 20. Jh. in Japan neu belebt und ist mittlerweile wieder in der ganzen Welt verbreitet. Durch Auflegen der Hände auf bestimmte Stellen am Körper wird der Fluss der Körperenergie harmonisiert, Stress kann abgebaut und Beschwerden können gelöst werden. Selbsthilfe ist der Kern von Jin Shin Jyutsu.

### **STRÖMABENDE**

**Dezember 2022 bis März 2024**

Nach Anleitung strömt jede Person sich selbst - bequem sitzend, oder liegend auf einer Matte.

- Ort: ehem. Grundstufe beim Zentralschulhaus Waltalingen  
Daten: Freitag 15. Dezember 2023  
Freitag 12. Januar / 26. Januar / 9. Februar / 23. Februar / 8. März / 22. März 2024  
Zeit: 19.00 bis 21.00 Uhr  
Mitnehmen: Bodenmatte, 2 bis 3 Kissen, leichte Decke, warme Socken  
Kosten: Fr. 20.- pro Abend  
Anmeldung: bis jeweils am Mittwoch vorher

Die Abende können einzeln besucht werden. Vorkenntnisse sind keine erforderlich.

### **Kursleitung | Info | Anmeldung:**

Magdalena Elmiger Reutimann, Guntalingen, Jin Shin Jyutsu Praktikerin und Selbsthilfelehrerin  
Tel. 079 882 15 11, Email: magdalena.elmiger@karotte.ch