

Jin Shin Jyutsu „Selbsthilfe Kurs“ mit Judith Pfäffinger

Kurs - Programm

Samstag, 20.07.

10:00 – 11:00 Uhr: Einführung und Grundlagen des Japanischen Heilströmens Jin Shin Jyutsu®

11:00 – 11:15 Uhr: kleine Pause

11:15 – 12:30 Uhr: Hauptzentralstrom (belebt das Gedächtnis, verbessert die Atmung, Hüften, Wirbelsäule, Durchblutung von Beinen und Füßen,...) und Vermittlerstrom (bei belastenden Emotionen, Erkältungen,...)

12:30 – 14:00 Uhr: Mittagspause

14:00 – 15:30 Uhr: Das Geheimnis unserer Finger

15:30 – 16:00 Uhr: Kaffeepause

16:00 – 18:00 Uhr: Milzstrom bei mir selbst und bei anderen: strömen und geströmt werden

Sonntag 21.07.

10:00 – 11:00 Uhr: Magenstrom (Kopfweh, Nebenhöhlen, Atmung, Verdauung, Gewicht,...)

11:00 – 11:15 Uhr: kleine Pause

11:15 – 12:30 Uhr: Blasenstrom (Rücken- und Kopfschmerzen, Beschwerden in den Beinen,...)
bei mir selbst und bei anderen: strömen und geströmt werden

12.30 – 14.00 Uhr: Mittagspause

14.00 – 15.30 Uhr: Besondere Sequenzen / Spezialströme:

- Für Atmung und Verdauung
- bei Erschöpfung
- Stärkung für die Nerven
- Abbau von Muskelspannungen, u.v.m.

15.30 – 16.00 Uhr: Kaffeepause

16.00 – 17.00 Uhr: Betreuerstrom bei mir selbst und bei anderen: strömen und geströmt werden.