



B u n d e s f a c h v e r b a n d
Feministische Selbstbehauptung und Selbstverteidigung e.V.

BV FeSt e.V., c/o Andrea Durner, Heidelberger Str. 35, 70376 Stuttgart
Postanschrift: BV FeSt e.V., Postfach 50 12 51, 70342 Stuttgart
Tel: 0711 / 470 479 15, E-Mail: info@bvfest.de
Homepage: www.bvfest.de

Jin Shin Jyutsu® **Strömende Lebensenergie im Körper**

Eine Weiterbildung für interessierte Frauen
19. + 20. September 2009 in Weinstadt-Endersbach (nähe Stuttgart)

Kursinhalte:

Jin Shin Jyutsu ist eine bewährte *Kunst zur Harmonisierung der Lebensenergie im Körper*. Sie bringt Ausgeglichenheit in das Energiesystem des Körpers, fördert dadurch *Gesundheit und Wohlbefinden*. Durch die Anwendung von Jin Shin Jyutsu erreicht der Körper einen Zustand der *Entspannung*, wodurch die *eigene, tiefgründige Selbstheilungskraft* gestärkt wird. Innerhalb der Energiebahnen des Körpers liegen 26 „*Energie-Schlösser*“. Blockaden können zu Störungen des Energieströmungsmusters führen und dadurch körperliche und seelische Beschwerden, Verspannungen, Schmerzen und Krankheiten hervorrufen. Dagegen kann durch sanftes Halten bestimmter Kombinationen von Energieschlössern mit den Fingern der Fluss der Energie harmonisiert und Frau seelisch, körperlich und geistig ausbalanciert werden.

Schwerpunkte:

An diesem Wochenende erfahren Sie die

- die Lage und Bedeutung der Energie-Schlösser
- die Bedeutung und Anwendung des Fingerströmens
- Kurzprogramm für die tägliche Anwendung
- Anwendungsmöglichkeiten in Selbstverteidigungskursen und Trainings

Mehrere Strömrunden lassen Sie die positive, entspannende Wirkung des Jin Shin Juytsu erfahren.

Zielgruppe:

Sind alle Trainerinnen und Frauen, die ihren Körper und ihre Psyche wieder in Gleichgewicht bringen möchten. Häufige Ursachen dafür sind häufig Hektik und Alltagsstress ohne Auszeiten und Entspannungsmöglichkeiten.

Kursleiterin:

Ulrike Kraus

Personal Trainerin und Jin Shin Jyutsu Praktikerin Bewegter Unterricht, Pilates, Rhythm and Sticks, Sanuces Ryu - Modern Jiu Jitsu 4. DAN, Gewaltprävention. Weitere Infos unter www.balance-durch-bewegung.de

BV FeSt e.V.

Bundesfachverband Feministische Selbstbehauptung und Selbstverteidigung e.V.
Vereinsitz: München, Bankverbindung: BW Bank Stuttgart, Konto: 2025681, BLZ: 600 501 01



B u n d e s f a c h v e r b a n d
Feministische Selbstbehauptung und Selbstverteidigung e.V.

BV FeSt e.V., c/o Andrea Durner, Heidelberger Str. 35, 70376 Stuttgart
Postanschrift: BV FeSt e.V., Postfach 50 12 51, 70342 Stuttgart
Tel: 0711 / 470 479 15, E-Mail: info@bvfest.de
Homepage: www.bvfest.de

Zeitplanung:

Die Fortbildung beginnt am

Samstag, 19. Sept. 2009 um 10.00 – 17.00 Uhr (60 Minuten Pause)

Sonntag, 20. Sept. 2009 um 10.00 – 15.00 Uhr (30 Minuten Pause)

Kosten:

Kosten: Die Weiterbildung kostet EUR 100,- für BV FeSt-Mitfrauen /
für andere interessierte Frauen EUR 130,-.

(Sollten sich weniger als 8 Frauen verbindlich anmelden erhöht sich der Beitrag für jede um 20,- EUR)

Anmeldung:

Die Anmeldung ist verbindlich nach Überweisung und Eingang der Kursgebühr.

Eine Stornierung der Teilnahme ist 6 Wochen vor Veranstaltungsdatum kostenfrei möglich, danach erheben die Veranstalterinnen eine Stornogebühr von EUR 20,-. Wird von der Teilnehmerin eine Ersatzfrau gestellt, entfällt die Stornogebühr.

Übernachtung:

Für Frauen, die von weiter weg kommen, ist leider keine Mattenübernachtung möglich. Es kann aber eine kostengünstige Übernachtungsmöglichkeit (€ 10,-) in der Nähe des Seminarraums genutzt werden. Bitte ggf. Schlafsack mitbringen.

Veranstaltungsort: Yoga Schule, Werkstr. 26, Weinstadt-Endersbach (nähe Stuttgart)

Bitte mitbringen: 2 Decken, 2 Kissen, Socken, Trinken und Verpflegung

Anmeldung bitte an:

Barbara Matten
Erwin-Bälz-Str. 71
70597 Stuttgart
E-Mail: b.matten@web.de

""

ANMELDUNG:

Hiermit melde ich mich verbindlich an zu der Fortbildung „Jin Shin Jyutsu“
am **19. + 20. September 2009 in Weinstadt-Enderbach** an:

Name

Adresse

Telefonnummer + E-mail

Unterschrift

Ich benötige einen Schlafplatz

ja

nein

BV FeSt e.V.

Bundesfachverband Feministische Selbstbehauptung und Selbstverteidigung e.V.
Vereinsitz: München, Bankverbindung: BW Bank Stuttgart, Konto: 2025681, BLZ: 600 501 01