

Gabriele Leopoldsberger



Jin Shin Jyutsu

Selbsthilfekurs 1 nach dem Buch von Mary Burmeister

**Lenzing, Johann-Böhm-Straße 17
08.10.2026 - 29.10.2026**

Inhalte

? JIN SHIN JYUTSU – SELBSTHILFEKURS 1 ?

Du hast noch nie von Jin Shin Jyutsu gehört?

Dann ist dieser Kurs genau der richtige Einstieg. ?

Jin Shin Jyutsu ist eine sanfte japanische Kunst, bei der wir mit unseren Händen bestimmte Bereiche am Körper berühren. Du lernst einfache Griffe, die du jederzeit selbst anwenden kannst – zu Hause, im Büro oder zwischendurch im Alltag.

? Was dich erwartet:

- Grundlagen von Jin Shin Jyutsu
- einfache Selbsthilfeströme für den Alltag
- bewusster Umgang mit deinen Händen und deinem Körper
- Unterstützung bei alltäglichen Spannungen und Stress
- mehr Ruhe, Ausgeglichenheit und Wohlbefinden
- praktische Übungen, die du sofort selbst ausprobieren kannst

Das Schönste: Du brauchst **keine Vorkenntnisse**. Nur dich selbst und ein bisschen Zeit für dich. ?

? **8. / 15. / 22. / 29. Oktober 2026**

? jeweils **18:00–21:00 Uhr**

? **Dorfsalon Lenzing**

Johann-Böhm-Straße 17, 4860 Lenzing

? **Kosten:** € 180,- inkl. Selbsthilfebuch (€ 20,-)

? Wiederholer: € 160,-

??????? **OÖ Familienkarte:** 10 % Ermäßigung auf den Kurspreis, exkl. Unterlagen

? **Anmeldung & Info:**

Gabriele Leopoldsberger

0664 75090781

www.jin-shin-jyutsu-gabriele-leopoldsberger.org

? **Kleine Berührung. Große Wirkung.**

Vielleicht ist genau jetzt der richtige Zeitpunkt, dich selbst ein Stück besser kennenzulernen. ?

Selbsthilfekurs 1 nach dem Buch von Mary Burmeister

Kursort

Dorfsalon Lenzing-Idee trifft Raum
4860 Lenzing, Johann-Böhm-Straße 17



Kurszeiten

Donnerstag, 08. Oktober 2026 - Donnerstag, 29. Oktober 2026
siehe Beschreibung!
Gesamt Unterrichtsstunden: 12

Voraussetzung

Keine.

Leitung

Gabriele Leopoldsberger

Kursbeitrag

180,- € inkl. Buch (für Wiederholer: 160,-€) mit der FAMOÖ um 164,- Euro

Anmeldung

Online-Anmeldung verfügbar

Gabriele Leopoldsberger

Anruf: 0650/6424084

Mail: leotigabi@gmail.com

oder gleich hier online!