



Jin Shin Jyutsu

# **Gut verankert in meiner Mitte**

**16.02.2026 - 29.06.2026**

**Innsbruck**

Ein neues Jahr hat begonnen: 2026, das in seiner Quersumme eine 10 und eine 1 ergibt. Also ein Zyklus auf der neuen Stufe in der Kraft des Urbewegers. Und die Schwingungen von 20 „immerwährend, Ewigkeit, tiefes Sehen“ und 26 „vollständig: das, was war, ist und sein wird“ begleiten uns. \*

Und immer noch leben wir in bewegten Zeiten - im Außen und im Innen. Fragen bleiben:

Wie kann ich bei den vielen (neuen) Herausforderungen bei mir bleiben?

Wie kann ich Ruhe und Gelassenheit finden?

Wie kann ich gut präsent bleiben und aus meiner Mitte heraus leben und handeln?

Wie kann ich mich mit dem natürlichen Fluss des Lebens verbinden?

Was kann ich tun, dass sich das Leben in seiner Fülle entfaltet und Freude da ist?

Auch im Sommersemester sind es 10 Termine, an denen wir gemeinsam auf Spurensuche gehen und mit Hilfe von Jin Shin Jyutsu üben, wie wir in den vielfältigen Herausforderungen unseren Herzraum offenhalten, gut bei uns selbst und mehr in der Ruhe bleiben können.

Wir üben in der Fortsetzung des Wintersemesters die Instanz des inneren Beobachters / der inneren Beobachterin. Dieses Semester stellen wir die die Sicherheitsenergieschlösser 13 – 26 als unsere Helfer für alle möglichen Lebenslagen in den Mittelpunkt und praktizieren passende Strömsequenzen & Achtsamkeit, um den Energiefluss wieder zu harmonisieren.

**Gestaltung:** Monika Fiechter-Alber & Elli Jürschik

\*\*\*

**Termine:** 10 x Live online immer Montags von 18:30 – 19:30

16.2., 2.3., 16.3., 30.3., 13.4., 27.4., 11.5., 1.6., 15.6., 29.6.2026

Die Aufzeichnungen der Einheiten sind für Dich bis September 2026 verfügbar.

## Gut verankert in meiner Mitte

### Kursort

Onlineveranstaltung

### Kurszeiten

Montag, 16. Februar 2026 - Montag, 29. Juni 2026

18:30 - 19:30

Gesamt Unterrichtsstunden: 10

### Voraussetzung

Besuch der Selbsthilfekurse wird empfohlen.

### Leitung

Monika Fiechter-Alber & Elli Jürschik

### Kursbeitrag

150,-/130,-

### Anmeldung

**Online-Anmeldung verfügbar**

**Kosten für 10 Abende & Aufzeichnungslinks** : 150€

Frühbucherbonus bei Einzahlung bis 2.2.2026: 130€

**Anmeldung & Einzahlung bitte bis spätestens 12.2.2026**

an [stroemkurse@outlook.com](mailto:stroemkurse@outlook.com)

Einzahlung auf das Konto von Elisabeth Jürschik bis 12.2.2026

AT82 6000 0005 1035 1274 – bitte angeben: „Online Strömen SoSe 2026“