Barbara Miedl

Einführung in Jin Shin Jyutsu

Zeltweg

29.11.2026 - 29.11.2026

Inhalte

Jin Shin Jyutsu, dass in der japanischen Kultur als gesundheitsfördernd und als einfache und schnelle Methode der Selbsthilfe gesehen wird. Der zentrale Gedanke des Jin Shin Jyutsu ist der Versuch, mehr ins innere Gleichgewicht zu kommen und die eigenen Kräfte zu aktivieren. Mit praxisnahen Übungen sowie Methoden und Tipps, die Sie in den Alltag integrieren können gewinnen Sie einen Überblick über diese fernöstliche Kulturtechnik. Keine Vorkenntnisse notwendig. Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, dicke Socken, weiche Unterlage, Decke, Kissen.

Einführung in Jin Shin Jyutsu

Kursort	VHS Oberes Murtal 8740 Zeltweg
Kurszeiten	Sunday, 29. November 2026 Gesamt Unterrichtsstunden: 8
Voraussetzung	Keine.
Leitung	Barbara Miedl
Kursbeitrag	€ 100,00
Anmeldung	Anmeldung: VHS Steiermark - Kurssuche - Kurs #197 https://www.vhsstmk.at/kurssuche//kurse/37932408 Auf den Kurs kann der AK Bildungsscheck eingelöst werden! :)