

Waltraud Riegger-Krause

Waltraud Riegger-Krause ist eine der wenigen autorisierten Dozentinnen für Jin Shin Jyutsu. 1985 begegnete sie während einer längeren Reise in den USA ihrer Lehrerin Mary Burmeister. Von Mary und ihrer Lehre des Jin Shin Jyutsu tief berührt, verlängerte Waltraud ihren Aufenthalt und lebte 3 Jahre in den USA, um direkt von Mary zu lernen. Zurück in Deutschland begann sie ihre Praxis aufzubauen und die Selbsthilfe zu unterrichten. 1990 Heilpraktikerprüfung, danach Studium der Traditionellen Chinesischen Medizin. Seit 1995 ist Waltraud autorisierte Lehrerin für 5-Tages Kurse, Themenkurse und Now Know Myself Kurse. Der Wunsch, ihre Erfahrungen niederzuschreiben führte 2005 zur Veröffentlichung des Buches „Jin Shin Jyutsu – Die Kunst der Selbstheilung durch Auflegen der Hände“. Waltraud lebt mit ihrem Mann in Isny/Allgäu und arbeitet dort in eigener Praxis.



JIN SHIN JYUTSU BEI WIENER NEUSTADT

In ruhiger und doch zentraler Lage am Steinfeld, inmitten des Föhrenwaldes, liegt das Hotel Schwartz, ca. 60 km südlich von Wien, zw. Wiener Neustadt und Neunkirchen.

ANFAHRT

Der Bahnhof St. Egidien a. Steinfeld liegt knapp 5 Gehminuten entfernt - die direkte Autobahnabfahrt der "A2-Südautobahn Neunkirchen-Wr. Neustadt" liegt ideal.



Jin Shin Jyutsu

Physio - Philosophie

JIN SHIN JYUTSU UND BURNOUT

Entwicklung von Achtsamkeit, um Stress und Burnout vorzubeugen

mit

Waltraud Riegger-Krause

10. – 12. NOVEMBER 2017

bei WIENER NEUSTADT

Kursinhalt

2,5 Tage werden wir uns mit den Themen Stressbewältigung und Burnout auseinandersetzen und Achtsamkeit entwickeln, um schon frühzeitig zu erkennen, welche Mechanismen in unserem Lebensstil dazu führen, dass wir uns überlastet fühlen und allmählich nicht mehr den Anforderungen unseres Alltags gerecht werden können.

Neben einem theoretischen Teil, der die körperlichen und psychischen Zusammenhänge, die zu Burnout führen, erläutert, werden wir die Ströme anschauen, die uns zu Ruhe und innerem Frieden verhelfen. Es werden tägliche Übungen zur Harmonisierung unserer Lebensenergie und Förderung der geistigen, psychischen und körperlichen Erneuerung geübt, die dann im Alltag fortgesetzt werden können. In diesem Kurs arbeiten wir mehr an uns selbst als an anderen.

Wie können wir unsere Kreativität stärken und den inneren Brunnen der Jugend wieder ins fließen bringen?

Ein Wochenende der Entspannung und Regeneration!

Voraussetzung Die Teilnahme an mindestens einem vollständigen 5-Tage-Kurs.

Mitzubringen Die Textbücher 1 und 2, Mary Burmeisters Selbsthilfebuch 1.
Für den praktischen Teil: eine weiche Unterlage für die Selbsthilfe (z.B. Isomatte) und was jede(r) zum Wohlfühlen und bequemen Liegen noch braucht (Decke, Kissen, warme Socken, Hausschuhe, etc.).
Bequeme Kleidung ist empfehlenswert.

Weitere Informationen

Isabella Habsburg, T +43 – 676 – 942 82 72, isabella.habsburg@jsj.at

Anmeldung online: www.jsj.at --> Termine

THEMENKURS

mit

Waltraud Riegger-Krause

10. – 12. NOVEMBER 2017

bei **WIENER NEUSTADT**

Kursort	HOTEL SCHWARTZ 2624 Neusiedl a. Steinfeld / St. Egyden, Bahnstraße 70 liegt direkt an der Neunkirchner Allee (= B17) Bahnhof St. Egyden liegt 5 Gehminuten entfernt
Kurszeiten	Freitag, 13.00 Uhr - 18.00 Uhr (einchecken ab 12 Uhr) Samstag, 9.00 Uhr - 18.00 Uhr Sonntag, 9.00 Uhr - 16.00 Uhr
Kosten	€ 375

Die **Anmeldung** erfolgt bitte schriftlich (online über www.jsj.at oder per mail).
Mit der Überweisung der Anzahlung von € 100 ist die Anmeldung verbindlich. Sie erhalten danach eine Anmeldebestätigung und Information zu Hotels und Anreise.

Konto: „Isabella Habsburg JSJ Lehrerkonto“
IBAN: AT38 3264 7001 01048727 (*Neue Kontonummer!*)
BIC: RLNWATW1647

Den **Restbetrag** bitte bis 25. Oktober 2017 einzahlen.
Stornogebühr: Bei Absage bis einen Monat vor Kursbeginn wird die Anzahlung zurückerstattet. Danach wird der Betrag einbehalten.

Übernachtung im Hotel Schwartz möglich www.hotel-schwartz.at
oder bitte eine Liste weiterer Unterkünfte bei der Organisatorin per email anfordern.