

Kursttermin: 12.-15. Februar 2026

Kurszeiten:

**Do. 14 – 18 Uhr, Fr./Sa. 9.30 – 17.30 Uhr,
So. 9.30 – 15 Uhr**

Kurspreis: € 480,-

Kursort: In der Umgebung von Mainz,
nähere Angaben folgen

Kursleitung:

Anne Eriksen-Faier, ShenDo Shiatsu Lehrerin
und seit 2013 zertifizierte ShenDo Shiatsu Praktikerin

Weitere Informationen unter:



ShenDo-Shiatsu Anne Eriksen-Faier
Forststraße 18 · 56341 Kamp-Bornhofen
Telefon: +49 (0) 177 5436198
Mail: anne.faier@shendo.de
www.shiatsu-annefaier.de



Wie ShenDo Shiatsu im Familien- und Freundeskreis als
wohltuende Form der Massage angewendet werden kann.

**Herzliche Einladung zum
ShenDo-Shiatsu Basiskurs**

12. - 15. Februar 2026



ShenDo-Shiatsu-Schule am Ammersee

Kursbeschreibung:

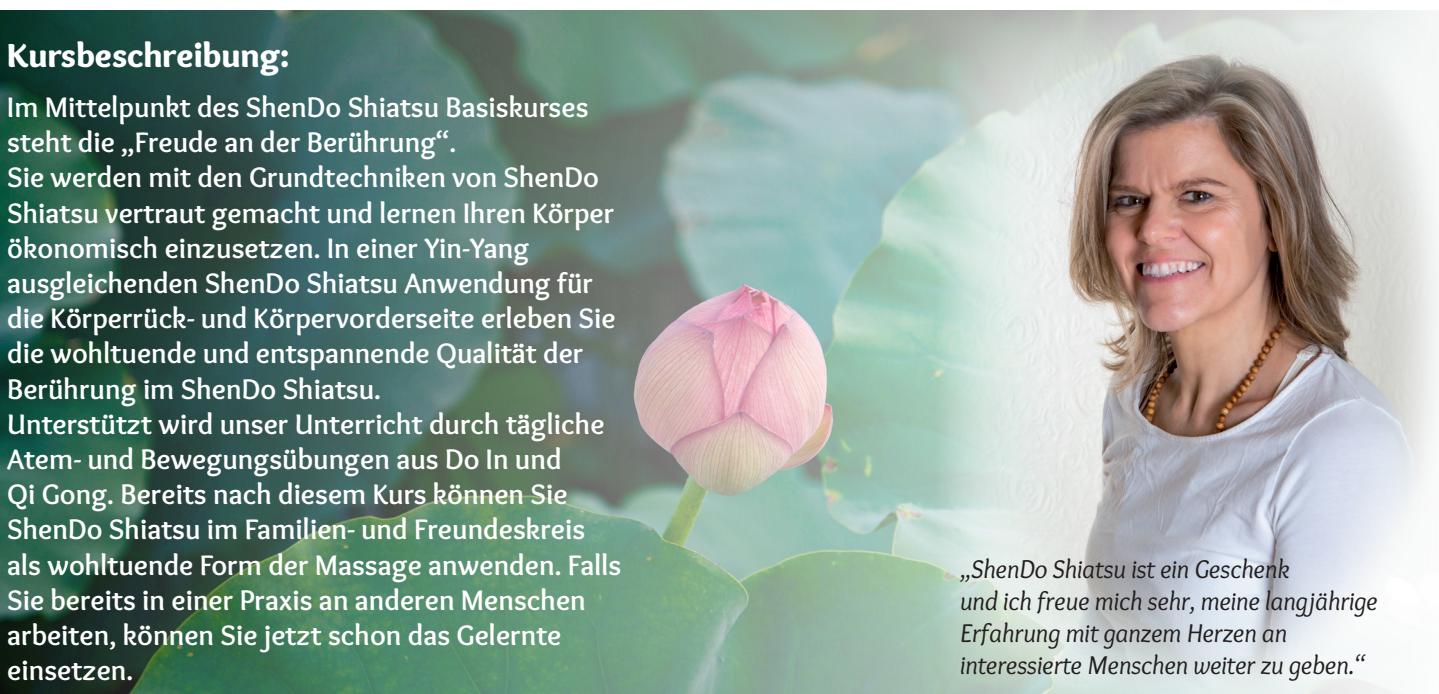
Im Mittelpunkt des ShenDo Shiatsu Basiskurses steht die „Freude an der Berührung“.

Sie werden mit den Grundtechniken von ShenDo Shiatsu vertraut gemacht und lernen Ihren Körper ökonomisch einzusetzen. In einer Yin-Yang ausgleichenden ShenDo Shiatsu Anwendung für die Körperrück- und Körpervorderseite erleben Sie die wohltuende und entspannende Qualität der Berührung im ShenDo Shiatsu.

Unterstützt wird unser Unterricht durch tägliche Atem- und Bewegungsübungen aus Do In und Qi Gong. Bereits nach diesem Kurs können Sie ShenDo Shiatsu im Familien- und Freundeskreis als wohltuende Form der Massage anwenden. Falls Sie bereits in einer Praxis an anderen Menschen arbeiten, können Sie jetzt schon das Gelernte einsetzen.

Ausbildungsinhalte:

- ShenDo Shiatsu Ganzkörpermassage
- Bewegung aus der Körpermitte (Hara)
- Shiatsu-Positionen wie Seiza, Torbogenstellung
- Mutter- und Kindhand
- Entspannte Berührung ohne Anstrengung



„ShenDo Shiatsu ist ein Geschenk und ich freue mich sehr, meine langjährige Erfahrung mit ganzem Herzen an interessierte Menschen weiter zu geben.“

- Wichtige Energiepunkte und ihre vorbeugende Bedeutung
- Basistheorie: das Verständnis der Qi-Energie, der Energie-Leitbahnen und ihrer Punkte
- Taoistische Atem- und Bewegungsübungen

Für den Basiskurs sind keine Vorkenntnisse erforderlich.