

Kurstermin: 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.



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

Ausbildungsinhalte:

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

- 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.