



Specials mit Musik + Bewegung

Musik + Selbsterfahrung	126
Körpererfahrung + Bewegung	128
Bewegung im Wasser	133

Gerne beraten wir Sie, welcher Kurs für Sie interessant sein könnte oder sich als weiterführender Kurs anbietet.

Fachbereichsleitung

Monika Baumann, Kontakt S. 35

Richard Löhr, Kontakt S. 85

Yasumin Sophia Lerner, S. 135

Musik + Selbsterfahrung

Musik + Selbsterfahrung

Körpererfahrung + Bewegung,

Bewegung im Wasser

Ferien- und Wochenendangebote sind mit einem * gekennzeichnet.

**Musik + Selbsterfahrung****Inmitten von Klängen**

* NEU

An diesem Sonntag lassen wir obertonreiche Instrumente wie Klangschalen, Gongs und Monochord auf uns wirken und erforschen unsere Klangdurchlässigkeit. Die Klänge von außen treffen auf unsere Körper-Seele-Geist-Einheit und bringen dort oft erstaunliche und heilsame Prozesse in Gang. Durch diese sanfte, klare Berührung bekommen wir einen gestärkten Bezug zu uns selbst und spüren unsere Einzigartigkeit wieder mehr. *Bitte bequeme Kleidung mitbringen.*

A014 · Barbara Hoffmann · Kursraum 7 · 65,- €

Ferien, ein Tag · So. · 11.4. · 10.00 bis 17.00 Uhr

Zur Ruhe kommen mit Atem, Stimme und Klangwahrnehmung

Der Atem bewegt und verbindet Körper, Seele und Geist, Bewußtes und Unbewußtes. Die Stimme ist tönender Atem, der von innen nach außen wirkt. Klänge archaischer Instrumente wie Monochord, Didgeridoo, Klangschale, Gong wirken von außen nach innen. Durch die verschiedenen Elemente der Arbeit – Atemübungen, Stimmimprovisationen, Klangrezeptionen – werden Durchlässigkeit, Schwingungsfähigkeit und die Entfaltung des Atemraums gefördert. Im Gespräch kann das Erlebte mitgeteilt und reflektiert werden.

A101 · Gabriele Engert-Timmermann · Saal · 90,- €

5 x · Do. · 25.2. · 4.3. · 11.3. · 18.3. · 25.3. · je 16.30 bis 18.30 Uhr

Atem – Bewegung – Stimme – Persönlichkeit

*

Ein Märchen – ein Beziehungsgeschehen steht im Mittelpunkt. Vertiefend und erweiternd dazu wirkt die Arbeit an Atem, Körper und Stimme. Über das Wort, Sinnfindung und Malen macht uns das Märchen auf Urbilder und Verhaltenswege aufmerksam. Es entstehen eigene spannende Themen. Der Mythos des Märchens befreit, begleitet und regt uns oft noch Wochen danach an. *Bitte Papier DIN A2 und Malkreiden mitbringen.*

A013 · Ingrid White · Neureuther Str. 11, Nähe Elisabethplatz · 83,- €

Wochenende · Sa. 24.4.: 17.30 - 21.00 · So. 25.4.: 9.00 - 16.30 Uhr

Gesang der Herzviola – Kontemplation, Improvisation

Die Herzviola ist ein für den therapeutischen Gebrauch neuentwickeltes Streich- u. Zupfinstrument. Anfangs nehmen wir uns im Lauschen auf ihr zartes, wunderbares Klangspektrum Zeit für uns selbst. Die Wirkung ist sehr spannend und entschleunigend. Aus dieser ruhevollen Hörhaltung heraus bietet der Kurs mehr und mehr eine Einführung in das Spiel mit der Herzviola. Schon das erste Streichen gelingt mühelos und schön. Mit einfachen Mitteln entsteht ganz sanft und zwanglos eine kontemplative Improvisation. Gemeinsames Klangspiel berührt das Herz; das Herz singt durch eine Saite.

A018 · Edwin Schmitz · Tanzstudio unten, Max-Weber-Pl. 2 · 80,- €

6 x · Do. · 22.4. · 29.4. · 6.5. · 20.5. · 10.6. · 17.6. · je 18.00-19.00 Uhr

**Meine Handschrift** ***Annäherung in Bewegung, Klang und Maske**

An Künstlern kann man sehen, wie ihre Handschrift ihren Bildern ähnelt. Was hat unsere Handschrift mit unserem Leben zu tun? Im künstlerischen Experimentieren mit deiner Handschrift kommst du deinem ganz eigenen individuellen Lebensausdruck auf die Spur. Ausgehend von der eigenen Bewegung auf dem Papier, formen wir sie im Ton als Maske. Die Gestalt, die daraus entsteht, tanzen wir in den dreidimensionalen Raum. Während des gesamten Entstehungsprozesses spielen wir immer wieder mit Klängen und machen so die Handschrift hörbar. Im Blatt ist der ganze Baum enthalten. Welches Potenzial liegt in deiner Hand verborgen? Dieser Kurs vermittelt Freude am Spielen auf allen Ebenen und am eigenen künstlerischen Potenzial. Keine Vorkenntnisse nötig.

Bitte einfarbiges Tuch ca. 80 x 80cm und Materialgeld 15,- Euro mitbringen.

A017 · Malou Eberspächer · Saal · 140,- €

Ferienblock 3 Tage · Fr. 4.6.: 18.00 - 22.00 Uhr · Sa. 5.6.: 10.00 - 18.00 Uhr · So. 6.6.: 10.00 - 15.00 Uhr

Musikalisches Lachtraining

*

Mehr Spaß beim Musik spielen

An diesem Wochenende werden zunächst die grundlegenden Techniken des Lachyoga besprochen und geübt. Es werden die wissenschaftlichen Hintergründe beleuchtet und die Wirkung anhand praktischer Übungen am eigenen Leib erfahren. Dazu gibt es eine Vielzahl spielerischer und pantomimischer Lachübungen, kombiniert mit leichten körperlichen Aufwärm- und Dehnübungen sowie einfachen Atem- und Entspannungstechniken. Im Weiteren Verlauf des Seminars wird anhand von einfachen musikalischen Übungen der Zusammenhang zwischen dem Lachen und der Freude am Musizieren verdeutlicht. So gelingt es spielerisch, den Zugang zu Kreativität und Intuition zu entdecken und mit mehr Begeisterung und Leidenschaft Musik zu machen. *Bitte mitbringen: jede Menge Lust zum Lachen, ausreichend zum Trinken, bequeme Kleidung, Decke, warme Socken.*

A200 · Rainer Zechmeister · Tanzstudio oben, Max-Weber-Pl. 2 · 134,- €

Wochenende · Sa. 24.4.: 11.00 - 18.00 · So. 25.4.: 11.00 - 16.00 Uhr



Körpererfahrung + Bewegung

Alexander-Technik



»Das Richtige geschieht von selbst ... wenn wir nicht stören«

Der natürlichen Anatomie folgend, gelangen wir über die Freiheit des Kopfgelenks zu ursprünglicher Beweglichkeit, Balance und Gesamtkoordination. Ob beim Joggen, Musizieren, Sprechen (z. B. vor Gruppen), Tanzen, bei Bildschirmarbeit oder beim Autofahren – durch Weglassen ungünstiger Gewohnheiten entdecken wir neue Handlungsspielräume und Sichtweisen, oft überraschende Lösungen!

Equipment wie z. B. Musikinstrument, Laptop, Tanzschuhe und etwas zu Trinken bitte mitbringen.

A021 · Jana M. Dobrick · Tanzstudio oben, Max-Weber-Pl. 2 · **42,- €**
Ein Nachmittag · So. · 18.4. · 14.30 bis 18.00 Uhr

A022 · Jana M. Dobrick · Tanzstudio oben, Max-Weber-Pl. 2 · **59,- €**
Ein Tag · So. · 9.5. · 11.00 bis 17.00 Uhr

Emotional Freedom Techniques (EFT)

Klopfakupressur für MusikerInnen

Einfach ausgedrückt handelt es sich bei der EFT Technik (Emotional Freedom Technique) um eine Art Akupunktur, bei der jedoch keine Nadeln verwendet werden. Stattdessen stimuliert man definierte Meridianpunkte, indem man diese auf dem Körper leicht beklopft. Die EFT-Technik stammt aus den USA und wird seit Mitte der 90er Jahre sehr erfolgreich von immer mehr Therapeuten, Heilpraktikern und Lehrern angewendet. Die Methode eignet sich hervorragend dazu, emotionale Blockaden, die uns in unserer Kreativität und unserem freien Ausdruck bremsen, wie z.B. Lampenfieber, Versagensängste, negative Gedankenmuster, körperliche Verspannungen und das Hinauszögern des Übens aufzulösen. EFT ist eine einfach zu erlernende und extrem effektive Selbsthilfemethode für Menschen jeden Alters. In diesem Seminar werden die Grundbegriffe und die Grundsequenz der EFT Methode erklärt und in der Gruppe angewendet. Zudem werden auch kurze Einzelsitzungen vor der Gruppe durchgeführt. Mehr Information über EFT finden Sie unter www.eft-info.com. Bitte bequeme Kleidung und etwas zu Trinken mitbringen.

A023 · Andrea Elisabeth Fultz · Offen für alle · Kursraum 2 · **53,- €**
Ein halber Tag · Sa. · 27.2. · 15.30 bis 19.30 Uhr



Qigong am Morgen

Übungen aus dem Qigong harmonisieren und vertiefen den Atem. Sie helfen uns unser Körper- und Bewegungsbewusstsein zu vertiefen und auch grundlegende Bewegungsabläufe im Alltag besser nachzuvollziehen. Auf achtsame Weise und mit langsamen Bewegungen wird der ganze Körper sanft gedehnt und gekräftigt und der eigene Energiefluss regeneriert. Die Übungen haben eine wohltuende Wirkung auf die Wirbelsäule und fördern Ruhe in Bewegung. Einfach zu erlernende Übungen aus der 18-fachen Taiji-Qigong Methode und den 8 Brokaten werden am Ende der Stunde durch eigene Bewegungsmöglichkeiten aus dem Freien Qigong ergänzt – ein guter Anfang für den Tag!

A030 · Brigitte Brandelik · Saal · **122,- €**
12 x vormittags · Mi. · ab 3.3. · je 9.30 bis 10.30 Uhr

Yoga Potential

NEU

Yoga ist eine Kraftquelle und hilft, bei sich selbst anzukommen. Wichtig ist mir: Sich spüren, sammeln, an- und entspannen dürfen. Wiederholung von Haltungen als (lebendiger) Ruhepol im Alltag. Übung in Selbstliebe. Alle Übungen werden von Grund auf gezeigt und/oder angeleitet. Individuelle Unterstützung bei Bedarf.

Grundlagen kennenlernen: Sonnengebet, Stellungen (Asanas), Tiefenentspannung, Achtsamkeit auf den Atem. *Für Teilnehmer mit guter Grundbeweglichkeit oder Vorerfahrung aus anderen Bereichen.*

A031A · Monika Jaeger · Saal · **107,- €**
12 x vormittags · Do. · ab 4.3. · je 10.00 bis 11.00 Uhr

Sanftes Yoga mit Schwerpunkt »Spüren«: Aufbau von Kraft und Flexibilität, Regeneration des Nervensystems. Besonders auch geeignet für ältere Teilnehmer oder solche mit leichten Beeinträchtigungen.

A031 · Monika Jaeger · Saal · **157,- €**
12 x vormittags · Do. · ab 4.3. · je 11.10 bis 12.40 Uhr

Feldenkrais: »Bewusstheit durch Bewegung«

Leben ist Bewegung. Die Feldenkrais-Methode bietet eine Chance, die Vielfalt und Qualität unserer ursprünglichen Bewegungsmöglichkeiten wieder ans



Licht zu bringen. Übungen und Bewegungsabläufe im Liegen, Sitzen und Stehen werden auf ruhige, meditative Weise ausgeführt. Der Atem spielt dabei eine große Rolle. Die bewusste Wahrnehmung schafft die Voraussetzung, sich auch im Alltag für gesündere und angenehmere Bewegungen zu entscheiden. Ein gesteigertes Empfinden von Stille, Ruhe und Präsenz stellt sich ebenso ein wie ein intensiveres Lebensgefühl.

A032 · Jantine van der Vegt · Saal · 197,- €
15 x · Mo. · ab 8.3. · je 18.15 bis 19.45 Uhr

Feldenkrais: im Spiegel des Bewusstseins

Die Feldenkraismethode führt zu mehr Beweglichkeit, Abbau von Stress und Verspannungen, Verbesserung bei Schmerz und Bewegungseinschränkungen und zu erhöhter Kreativität und Lernfähigkeit. Als Ansatz dienen die von Dr. Feldenkrais entwickelten Bewegungslektionen und die Bewegung selbst. Innerhalb des Kurses gibt es viel Zeit und Raum, die eigene Selbstorganisation und Bewegungsgestaltung zu erforschen. Wir können Gewohnheiten wahrnehmen und auf spielerische Weise mit alternativen Möglichkeiten experimentieren. Dies führt zu entspannter Bewegung und einem erweiterten Handlungsspielraum. Als Kursleiterin ist mir eine wertfreie und gelassene Atmosphäre wichtig, sodass wir uns an diesen Abenden auf allen Ebenen des »Mensch-Seins« entwickeln können.

A033 · Stephanie Koch · Saal · 148,- €
11 x · Do. · ab 4.3. · je 18.45 bis 20.10 Uhr

BeWEGung als Weg zum SEIN

NEU

»BeWEGung« ist eine ausgereifte Synthese aus wesentlichen Körpertechniken, die uns im besten Sinne des Wortes in Bewegung bringt, Verhärtungen und unnötige Anspannungen löst und das freie Fließen der Bewegung zulässt. Ausgehend von den sanften Bewegungsexperimenten der Feldenkrais Methode geht es um das bewusste Erforschen und Erweitern der eigenen Bewegungsmöglichkeiten. Analog der frühkindlichen Bewegungsentwicklung ergibt sich ein grundlegendes Vokabular: Pulsieren und Atmen, Beugen und Strecken, Spiraldrehungen und Rollen; verbunden zu immer komplexeren Abläufen führt es vom Liegen auf dem Boden zum Sitzen und Stehen. Dieses tiefgreifende Training ist ein sanfter, aber fordernder Weg, um in Harmonie mit Körper und Geist zu kommen. Jeder bekommt Raum, das Eigene aufzuspüren. Wir lernen von, im und mit dem Körper. In der entstehenden Öffnung werden Entfaltungprozesse angeregt, die uns für das Schwingen der inneren Energien sensibilisieren und die eigene Lebendigkeit gewahr sein lassen.

A034 · Veronica Fischer · Anfänger · Saal · 184,- €
16 x · Mi. · ab 3.3. · nicht am 28.4. und 5.5. · je 18.30 bis 19.45 Uhr

A035 · Veronica Fischer · Fortgeschrittene · Saal · 221,- €
16 x · Mi. · ab 3.3. · nicht am 28.4. und 5.5. · je 19.45 bis 21.15 Uhr

Somatic Moves

Möchten Sie mehr Körperbewusstsein erlangen? Möchten Sie Verspannungen vorbeugen und Neues entdecken? Wollen Sie Ihrem Rücken etwas Gutes tun und gegen zu viel Stress vorbeugen? Sind sie neugierig, wie das gehen kann? Durch sanfte und bewusste Bewegungen lernen wir unsere Muskulatur

in ihre natürliche Funktion zurückzuführen. Wann spannen wir an? Und wie können wir auch wieder loslassen?

Wir entwickeln wieder ein Gefühl von Geschmeidigkeit der Muskulatur, lassen Blockaden und Einschränkungen los. Unsere körperliche und geistige Vitalität und Lebendigkeit steigert sich. Unsere Aufmerksamkeit legen wir besonders in den Beckenbereich und lernen das Becken wieder frei schwingen zu lassen. Das hat positive Auswirkungen auf unseren gesamten Bewegungsablauf. Der Rücken fühlt sich wohler an, Schulter- und Nackenverspannungen kann vorgebeugt werden. Begleitende Literatur: »Beweglich sein ein Leben lang«, Dr. Thomas Hanna, erschienen im Kösel Verlag.

A036 · Manuela Krauz · Tanzstudio oben, Max-Weber-Pl. 2 · 161,- €
12 x · Mi. · ab 3.3. · je 20.15 bis 21.30 Uhr



Cat Stretch



Eine Einführung in Somatic Education nach Dr. Thomas Hanna

Die Natur und das Tierreich sind wertvolle Lehrer/innen: Wie die Katze sich täglich dehnt und streckt, so brauchen auch wir Menschen ein tägliches Bewegungstraining, um beweglich und geistig wach zu bleiben. Im Kurs wird eine Sequenz von aufeinander aufbauenden Bewegungsübungen praktiziert. Im Wechselspiel von Anspannung und Entspannung bringen wir Schritt für Schritt unsere Muskulatur in ihre natürlichen Funktionen zurück und lösen so Verspannungen mit sanften und natürlichen Bewegungen in verschiedenen Bereichen unseres Körpers. Wir nehmen uns körperlich und somit auch geistig Raum, entspannen uns, damit wir anschliessend wieder aktiv und voller Vitalität sein können. Die Übungen sind für die tägliche Praxis zu Hause geeignet. *Bitte warme, bequeme Kleidung und Socken mitbringen.*

A037 · Manuela Krauz · Tanzstudio unten, Max-Weber-Pl. 2 · 89,- €
Wochenende · Sa. 12.6. und So. 13.6. · je 10.00 bis 14.00

Pilates

ist ein sanftes, ganzheitliches Körpertraining, das einen perfekten Ausgleich zum Alltag bietet. Langsame und konzentrierte Bewegungen, Dehn- und Atemübungen bauen die tiefliegende, stützende Muskulatur auf, lösen Verspannungen und entspannen den Geist. Zusätzlich verbessert sich nachhaltig Ihre Be-



weglichkeit und Koordinationsfähigkeit. Das regelmäßige Pilates-Training stabilisiert und schützt die Wirbelsäule, verhilft zu einer klaren Körperausrichtung und beugt in besonderem Maße Rückenschäden vor. Die Übungen lassen sich je nach Kenntnisstand variieren und aufbauen und sind für Einsteiger und Teilnehmer mit Vorkenntnissen geeignet. Steigern Sie Ihr Wohlbefinden mit Pilates! Bitte mitbringen: Handtuch, kleines Kissen, Theraband (oder alte Strumpfhose).

A039 · Susan Carrt-Weiss · Tanzstudio unten, Max-Weber-Pl. 2 · 125,- €

14 x · Di. · ab 9.3. · je 17.55 bis 18.55 Uhr

A038 · Susan Carrt-Weiss · Tanzstudio unten, Max-Weber-Pl. 2 · 125,- €

14 x · Di. · ab 9.3. · je 19.00 bis 20.00 Uhr

Die erste Stunde der beiden fortlaufenden Kurse kann jeweils separat als Schnupper-Abend gebucht werden. Wenn Sie nach dem Schnupperabend den Kurs besuchen wollen, wird die Gebühr angerechnet.

A041 · S. Carrt-Weiss · Schnupperabend · Tanzst. unten, Max-Weber-Pl. 2 · 10,- €

Ein Abend · Di. · 9.3. · 17.55 bis 18.55 Uhr

A042 · S. Carrt-Weiss · Schnupperabend · Tanzst. unten, Max-Weber-Pl. 2 · 10,- €

Ein Abend · Di. · 9.3. · 19.00 bis 20.00 Uhr

Erfahrbare Anatomie

NEU

Das Abenteuer der Körpererfahrung: Den Geschichten unseres Körpers lauschen, sie erkunden und neu entdecken, ihnen folgen auf der Landkarte der Anatomie in den Körper hinein. Wie fühlt es sich an, im Körper zu sein? Erfahrbare Anatomie integriert wissenschaftliche Information mit persönlichem Erleben und führt in eine intime Begegnung mit dem eigenen Körper. Die Strukturen des Körpers, das innere Bild, die Körperorganisation sowie die Bewegungsentwicklung im Wasser und auf der Erde werden erforscht. Dies geschieht mit Körper- und Bewegungsarbeit, in Partnerübungen und Körperreisen. Erfahrungsorientierte Texte sowie anatomische und künstlerische Bilder werden als Inspirationsquelle genutzt, wir integrieren das Erlebte mit Bewegung, Zeichnen, Schreiben, im Dialog und allein. Die eigene Körpererfahrung wird bewusst gemacht, »embodiment« geschieht.

Wir werden auf der Basis der Methode des Body-Mind Centering® arbeiten und den »Körpergeschichten« von Andrea Olsen folgen.

Geeignet für alle, die sich mit Tanz und Bewegung beschäftigen oder ihren Körper näher kennenlernen wollen. Evtl. eigenes Schreibzeug und Zeichensachen (Basics werden gestellt). Literatur: »Körpergeschichten« von Andrea Olsen.

A045 · Stefanie Hahnzog · Tanzstudio unten, Max-Weber-Pl. 2 · 209,- €

12 x · Do. · ab 15.4. · je 15.30 bis 17.30 Uhr

Body Mind Centering®

NEU

Körperwahrnehmung – Bewegungsforschung – Bewegungslust

Die eigene Anatomie in Bewegung erforschen: Körperstrukturen, Gewebe, Organe, Sinnesorgane, Flüssigkeiten, Zellen werden berührt, gespürt, ertastet, visualisiert, bewegt. Die Präsenz im Körper vertieft sich, aus der bewussten Wahrnehmung entsteht ein neuer Tanz. Vertrauen in die Intelligenz des Körpers ermöglicht die Erweiterung des Bewegungsspielraums. Die Erfahrung der verschiedenen Körpersysteme unterstützt unterschiedliche Qualitäten der Dynamik in Bewegung, Tanz und Improvisation. Koordination und räumliche

Orientierung werden im Spiel mit Bausteinen der frühkindlichen Bewegungsentwicklung geschult.



A046 · Stefanie Hahnzog · Teilnehmer mit und ohne Vorkenntnisse · Tanz-

studio unten, Max-Weber-Pl. 2 · 95,- €

7 x · Mi. · ab 14.4. · 20.00 bis 21.30 Uhr

Im Anschlusskurs werden andere Schwerpunktthemen behandelt. Die Teilnahme ist interessant für Teilnehmer des ersten Kurses und für Neueinsteiger.

A047 · Stefanie Hahnzog · Teilnehmer mit und ohne Vorkenntnisse · Tanz-

studio unten, Max-Weber-Pl. 2 · 95,- €

7 x · Mi. · ab 16.6. · 20.00 bis 21.30 Uhr

Bewegung im Wasser

WasserShiatsu und Delphining®

* NEU

WasserShiatsu ist eine leicht zu erlernende und vielseitig anwendbare Me-





thode, die sich ganzheitlich positiv auf Körper, Geist und Seele auswirkt, und unser Leben damit nachhaltig bereichert. Im 35° C warmen Wasser tragen, massieren, dehnen, drehen und schaukeln wir uns gegenseitig. Das Wasser, das sich unserem Körper völlig anpasst, uns liebevoll einhüllt und unser Körpergewicht auf ein Minimum reduziert, unterstützt die achtsamen Bewegungen und Berührungen. Wir erleben tiefe Entspannung, fühlen uns elementar getragen und können schon nach dem Erlernen weniger Grundgriffe dieses Gefühl an andere – Freunde, Eltern, Kinder – weiterverschenken.

Der Tag bietet auch Gelegenheit, Delfining® auszuprobieren, eine speziell im OASIS-Bad München entwickelte Methode, mit einer kleinen Nasenklemme und einer einfach zu erlernenden Atemtechnik unter Wasser zu gehen und uns dort einen Raum ungeahnter Leichtigkeit und Lebensfreude zu erschließen. Allein, zu zweit oder in der Gruppe folgen wir unseren spontanen Bewegungsimpulsen, lassen einen spielerischen Tanz entstehen, fühlen uns möglicherweise erinnert an die Geborgenheit im Mutterschoß und tauchen ein in eine Welt voll sensibler Wahrnehmung und Gefühlsintensität.

Mitbringen: Badeanzug und Saunasachen; etwas zum Teilen fürs gemeinsame Mittagessen. Kursort (im Lehel) wird bei Anmeldung mitgeteilt.

A048 · Dario Morstadt · außer Haus · 82,- €
Ferien, ein Tag · Sa. · 27.3. · 10.00 bis 17.00 Uhr

A049 · Dario Morstadt · außer Haus · 82,- €
Ein Tag · So. · 25.4. · 10.00 bis 17.00 Uhr



Lernen Sie die Kunst der Berührung, vom Shiatsu im Familien- und Freundeskreis, bis zu Shiatsu in der professionellen Praxis, berufsbegleitend und in entspannter Atmosphäre.

Shiatsu

Am E.S.I. arbeiten 20 Lehrerinnen und Lehrer in mehreren europäischen Ländern zusammen. Unser Abschlußdiplom wird von den nationalen Shiatsu-Verbänden anerkannt. Lassen Sie sich unsere Broschüre zusenden, und lernen Sie uns kennen!

Europäisches Shiatsu Institut München
Freystrasse 4 · 80802 München · Tel. 089 / 34 86 73 · www.shiatsu.de