



## Berliner Schule für Zen Shiatsu

### Art of Touching

#### **Die Mittelstufe - 12 Meridiane und die 5 Elemente**

**Beginn:** 11.02.2012

**Ende:** 30.11.2012

**Ort:** Berliner Schule für Zen Shiatsu, Wittelsbacherstraße 16, 10707 Berlin, U-Bahnhof Konstanzer Straße

**Leitung:** Paula Heruth, Ulrike Schmidt, Cornelia Ebel

**Teilnehmergebühr:** ---

Im Mittelpunkt steht die Lehre der 5 Wandlungsphasen. Die Beschäftigung mit diesem faszinierenden Modell der Traditionellen Chinesischen Medizin wird sich als roter Faden durch die Kurse ziehen. Es werden neue Techniken, zum Beispiel Shiatsu mit Knien und Ellenbogen, dynamische Techniken und erste Möglichkeiten der Befundung des energetischen Zustandes unterrichtet, wie z. B. mit Hilfe der Yu-Punkte, Bo-Punkte und der Harazonen. Die Kenntnisse der Meridiane und ihre Behandlungsmöglichkeiten werden erweitert und vertieft.

Neben den Kursen sind ab der Mittelstufe wesentliche Bestandteile der Ausbildung: Tutorien, individuelle Betreuung z. B. der schriftlichen Arbeiten (Behandlungsprotokolle) und Behandlungen bei GSD-anerkannten Shiatsu-LehrerInnen (Die Kosten für Tutorien und Behandlungen sind nicht in der Ausbildungsgebühr enthalten).

#### Termine:

- 11. - 12.02.2012 mit Ulrike Schmidt  
Einführungswochenende: Hier geht es noch einmal um die Grundprinzipien im Shiatsu, mit besonderem Augenmerk auf die eigene Haltung und die eigene innere Aufrichtung. Außerdem wird die Theorie von den gegensätzlichen Kräften Yin und Yang, sowie das Modell der 5 Elemente aus der chinesischen Medizin vorgestellt und ihre Anwendbarkeit und Bedeutung im Shiatsu erläutert.
- 02. - 04.03.2012 mit Paula Heruth  
Vertiefung des Themas Arbeiten mit der Mutterhand und der Kindhand. Einführung der Begriffe Kyo und Jitsu und ihrer Bedeutung für's Shiatsu. Übungen zur Wahrnehmung von Kyo und Jitsu mit Hilfe des Sicht- und Tastbefundes.
- 31.03. - 01.04.2012 mit Ulrike Schmidt  
Das Holzelement: Seine Entsprechungen im Menschen und in der Natur, Theorie und Praxis. Vorstellung der zugeordneten Meridiane Gallenblase und Leber in ihrer gesamten Länge und weitere Techniken für ihre Behandlung. Dynamische und Wendetechniken und die Arbeit mit den großen Gelenken.
- 28. - 29.04.2012 mit Cornelia Ebel  
Befunderstellung mit Hilfe der Yu-Punkte. Bedeutung der Yu-Punkte. Lage und Auffinden, Übungen zur Wahrnehmung der Yu-Punkte. Vorstellen von Techniken mit den Knien und den Ellenbogen.
- 02. - 03.06.2012 mit Cornelia Ebel  
Befunderstellung mit Hilfe der Bo-Punkte. Bedeutung der Bo-Punkte. Lage und Auffinden, Übungen zur Wahrnehmung der Bo-Punkte. Wiederholen aller Meridiane durch direktes Erleben beim Aufmalen auf den Körper.
- 21. - 24.06.2012, Do. 18:00 Uhr bis So. 14:00 Uhr mit Cornelia Ebel  
Das Feuerwochenende am Schillersee  
Das Feuerelement: Seine Entsprechungen im Menschen und in der Natur, Theorie und Praxis. Vorstellung der zugeordneten Meridiane Herz, Dünndarm, Pericard und Dreifacher-Erwärmer in ihrer gesamten Länge und weitere Techniken für ihre Behandlung. Möglichkeiten der Behandlung in sitzender Position, sowie die Bedeutung der „Herzqualität“ im Shiatsu und das Erlernen von Techniken zur Intervision.
- 10. - 12.08.2012 mit Paula Heruth  
Das Hara, unser energetisches Zentrum  
Die Befundung des Hara. Übungen zum Auffinden und zur Wahrnehmung der Harazonen. Das Gespräch im Shiatsu.
- 08. - 09.09.2012 mit Ulrike Schmidt  
Das Erdelement: Seine Entsprechungen im Menschen und in der Natur, Theorie und Praxis. Vorstellung der zugeordneten Meridiane Magen und Milz in ihrer gesamten Länge und weitere Techniken für ihre Behandlung. Neue und verfeinerte Techniken für Kopf- und Nacken.
- 27. - 28.10.2012 mit Ulrike Schmidt  
Das Metallelement: Seine Entsprechungen im Menschen und in der Natur, Theorie und Praxis. Vorstellung der zugeordneten Meridiane Lunge und Dickdarm in ihrer gesamten Länge und weitere Techniken für ihre Behandlung. Neue und verfeinerte Techniken für die Schultern.

- 23. - 25.11.2012 mit Ulrike Schmidt  
Das Wasserelement: Seine Entsprechungen im Menschen und in der Natur, Theorie und Praxis. Vorstellung der zugeordneten Meridiane Blase und Niere in ihrer gesamten Länge und weitere Techniken für ihre Behandlung. Das Lenker- und das Konzeptionsgefäß - Bedeutung und Behandlung. Ethik im Shiatsu.
- Zwischenprüfung: 30.11.2012, 17-19 Uhr als Voraussetzung für die Teilnahme an der Oberstufe 2013

Unterrichtszeiten: in der Regel: 10 – 18 Uhr

Kursgebühr:

1.999,- Euro oder 175,- Euro monatlich (Januar bis einschließlich Dezember 2012), zzgl. Kosten für Vollpension im Seminarhaus am Schillersee ca. 155,- Euro im Zweibettzimmer. Unterbringung im EZ ist auf Wunsch möglich, soweit es noch freie Zimmer gibt und kostet ca. 185,- Euro. In der Kursgebühr enthalten ist das Buch: Shiatsu von Carola Beresford-Cooke.

Für WiederholerInnen unserer Ausbildung sind es 90,- Euro für einen 2 Tageskurs und 135,- Euro für einen 3 Tageskurs.

Wer Unterricht in diesem Jahr versäumt, kann ihn kostenfrei im Jahr darauf nachholen. Bitte nur mit Anmeldung über das Büro.

Voraussetzung:

Die Teilnahme an unserer Basisstufe.

Wenn Sie bei uns quereinsteigen wollen, melden Sie sich bitte mit allen Ihren Nachweisen über Shiatsuunterricht incl. Themen und Unterrichtsstunden in unserem Büro.

Veranstaltungsort:

Berliner Schule für Zen Shiatsu

Wittelsbacherstr. 16, 6. Stock mit Fahrstuhl, 10707 Berlin-Wilmersdorf

U-Bahnlinie 7, Bahnhof Konstanzer Straße, ca. 3 Minuten entfernt

Das Feuerwochenende im Juni findet im Seminarhaus in Bergfeld am Schillersee statt.

Was ist mitzubringen?

Bitte bringen Sie zu jedem Wochenende bequeme Kleidung, Socken, ein großes Laken, ein kleines Tuch zum Abdecken der Kopfkissen sowie Schreibzeug und auch farbige Stifte mit.

Die Mittagspause beträgt ca. 1,5 Stunden, sodass Zeit genug ist, um in der näheren Umgebung Essen zu gehen, oder aber auch etwas Mitgebrachtes in unserer kleinen Küche zuzubereiten.

Anmeldung:

Bitte nutzen Sie den Anmeldeknopf weiter unten für Ihre Anmeldung und schreiben Sie uns bitte ins Mitteilungsfeld, ob sie die Kursgebühr als Einmalbeitrag überweisen (fällig Anfang Januar 2012), oder ob Sie in 12 Raten zahlen jeweils zum Monatsanfang (Januar bis einschließlich Dezember 2012). Spätestens bis zum Januar schicken Sie bitte ein Passfoto per Post an die Berliner Schule für Zen Shiatsu.

Paula Heruth

Shiatsu-Praktikerin GSD\* seit 1990

Shiatsu-Lehrerin GSD\*

Krankenschwester, Heilpraktikerin, Homöopathin

Schulleitung



Ulrike Schmidt

Shiatsu-Praktikerin GSD\* seit 1990  
Shiatsu-Lehrerin GSD\*  
Lehrerin für Qi Gong, Diplom-Finanzwirtin,  
Schulleitung



Cornelia Ebel

Shiatsu-Praktikerin GSD\* seit 1991  
Shiatsu-Lehrerin GSD\*  
Heilpraktikerin, Craniosakral-Therapeutin