

17. März 2022

## Körperweisheit

In diesem Seminar lernen wir unsere Körperweisheit nutzen und verstehen. Da sie uns ständig begleitet, können wir auch ständig auf ihre Weisheit zurückgreifen, so dass wir in jeder Situation diejenige Variante wählen können, die unsere Gesundheit stützt. Egal ob gestresster Manager oder besorgte Mutter, jeder Mensch sollte die Botschaften seiner Körperweisheit verstehen, um selbstverantwortlich über seine Gesundheit bestimmen zu können. Jetzt mehr den je.



### Kursinhalt

- Der Mensch, das dreiteilige Wesen
- Vorteil des Einbezugs sämtlicher Ebenen
- Weshalb die Körperweisheit so wichtig ist
- Die Hierarchie unserer Körperintelligenz
- Die Regeln der obersten hierarchischen Ebene
- Die 5 goldenen Regeln der Gesundheit
- Eine Strategie zur Unterstützung der Gesundheit bis ins hohe Alter

### Kursziel

Die Teilnehmenden

- verstehen die Regeln des Körpers
- kennen die Kommunikationstechnik, um die Weisheit des eigenen Körpers zu nutzen
- lernen die geeignete Meditationstechnik, um sich auf die Kommunikation vorzubereiten
- wissen, wie sie sich durch Einhalten der 5 goldenen Regeln mit ihrem eigenen Körper verbünden

### Dozentin

Grazia Marchese, Senior Authorized Jin Shin Do® Teacher, Mindset Expertin und Autorin

### Kursinfo

Theorie  
7 Kursstunden | max. 30 Teilnehmer

### Voraussetzung

Interessierte Fachpersonen und Laien

- 📅 Donnerstag, 17. März 2022
- 🕒 9.00 – 12.30 Uhr und 13.30 – 17.00 Uhr
- 👤 vdms-asm-Mitglieder CHF 190.00
- 👤 Nichtmitglieder CHF 255.00
- 👕 Bequeme Kleidung
- ! Mitbringen: Schreibmaterial
- 📅 Anmeldung: 4 Wochen vor Kursbeginn