



Shiatsu.

Berührung, die bewegt.



GSD Gesellschaft für Shiatsu
in Deutschland

Shiatsu regt die
Lebensenergie an
und fördert Ihre
Gesundheit.





Ein Weg zu Gesundheit und Wohlergehen

Shiatsu ist eine achtsame Körperarbeit, die auch in Deutschland immer mehr Menschen anspricht. Von Japan aus hat sich Shiatsu in den letzten 30 Jahren im Westen verbreitet und eigenständig weiterentwickelt. Shiatsu regt an, selbstbewusst und selbst-verantwortlich zu leben und ist für viele Menschen ein Weg zu Gesundheit und Wohlergehen.

Shiatsu...

- dient der Entspannung
- wirkt gegen Alltagsstress
- fördert das Wohlbefinden
- unterstützt die Gesunderhaltung am Arbeitsplatz
- regt die Selbstheilungskräfte an
- kann bei vielen Beschwerden und Symptomen eine Hilfe sein
- unterstützt Veränderungsprozesse
- wirkt ausgleichend in Krisen

DER KERN VON SHIATSU

Die Lebensenergie durch achtsame, tiefgehende Berührungen wahrnehmen, anregen, wirken lassen.

Shiatsu eröffnet
Wege zu Ihren
inneren **Kräften.**





Die Wirkung von Shiatsu

Lebensenergie wahrnehmen

Die Lebenskraft anregen, Körper und Seele balancieren, den Fluss der Energie erspüren... Shiatsu berührt achtsam und respektvoll, tief und einfühlsam. Die Begegnung im Shiatsu ist partnerschaftlich: im Hier und Jetzt entsteht zwischen Ihnen und Ihrer BehandlerIn ein Zusammenspiel, ein einfühlsamer Dialog. Dabei stellt sich die BehandlerIn ganz auf Sie und Ihre energetische Bewegung ein. Erleben Sie, wie Ihre Energie erspürt, besänftigt, angeregt und verteilt wird!

Innere Räume öffnen

Shiatsu wirkt ausgleichend, beruhigend oder auch belebend. Es entspannt und regt die Selbstheilungskräfte von Körper, Geist und Seele an. Shiatsu-Berührungen wirken in der Tiefe: Das Herz wird leichter und der Kopf freier. Die Wirkung von Shiatsu wird unterschiedlich erlebt. Manche nehmen wahr, wie sich innere Räume öffnen oder erwärmen. Andere fühlen sich beweglicher. Shiatsu eröffnet Wege zu Ihren inneren Kräften. Shiatsu ist ein wunderbarer Weg, sich in der Geborgenheit und Ruhe der Behandlung selbst zu spüren und zu sich zu kommen.

Das eigene Leben verstehen

Shiatsu unterstützt Sie bei psychischen und körperlichen Beschwerden, in schwierigen Lebensphasen und erleichtert Ihnen den Übergang von einem Lebensabschnitt zum nächsten. Shiatsu hilft Ihnen, das eigene Leben verstehen, anzunehmen und gestalten zu können, es als sinnvoll zu erleben.



**Shiatsu ist
energetische
Körperarbeit.**





Die Shiatsu-Behandlung

Einzigartig und individuell

Shiatsu eignet sich für Menschen jeden Alters. Shiatsu wird am bekleideten Körper angewendet, eine Ganzkörperbehandlung dauert etwa eine Stunde. Es ist sinnvoll, sich eine Serie von Behandlungen geben zu lassen, damit sich die Wirkung von Shiatsu aufbauen kann und dann umso nachhaltiger ist.

Die BehandlerIn stellt sich ganz auf Sie und Ihre energetische Bewegung ein. Im Mittelpunkt stehen dabei Ihre augenblicklichen Bedürfnisse. Shiatsu arbeitet mit dem, was sich zeigt. Dadurch wird jede Behandlung zum Unikat, sie ist individuell und einzigartig.

DIE SHIATSU-BERÜHRUNG

**Achtsamer Kontakt und sanftes Lehnen:
KlientInnen erleben die Shiatsu-Berührung
als heilsamen Druck.**

**Shiatsu ist ein
einfühlsamer
Dialog.**





Anwendungsfelder

Shiatsu wird in vielen Bereichen angeboten:

- Gesundheitspraxen und Gesundheitszentren
- Einrichtungen der Erwachsenenbildung
- Kliniken und Hospize
- Betriebliche Gesundheitsförderung
- Schulen und Kindertagesstätten
- Wellness-Einrichtungen
- Therapeutische Praxen

Sind Sie an einer Shiatsu-Behandlung interessiert? Wir vermitteln Ihnen gerne Shiatsu-PraktikerInnen in Ihrer Nähe. Sie erreichen uns telefonisch unter **040 - 85 50 67 36** oder besuchen Sie uns im Internet: **www.shiatsu-gsd.de**





Die GSD

Die Gesellschaft für Shiatsu in Deutschland e.V. (GSD) wurde 1992 als Berufs- und Interessenverband gegründet. Mit mehr als 1.000 Mitgliedern vertritt sie Shiatsu in Deutschland. Die GSD sorgt für ein hohes Qualitätsniveau in Praxis und Ausbildung. Hierfür wurden eigene Qualitätsstandards und Anerkennungskriterien eingeführt, die kontinuierlich weiterentwickelt werden.

Die GSD definiert Shiatsu als eigenständiges System energetischer Körperarbeit und Lebenskunde zur Förderung und Begleitung von Menschen. Sie will mit Shiatsu dazu beitragen, dass Gesundheitsförderung und Lebensbegleitung als eine wesentliche Säule in der deutschen Gesundheitspolitik anerkannt und gefördert werden.

SHIATSU...

**berührt und bewegt den ganzen Menschen
und kann ihn in unterschiedlichen
Lebenssituationen begleiten.**

Shiatsu ist
verwurzelt in der
fernöstlichen Philosophie,
Heil- und Lebenskunde.





GSD

Gesellschaft für Shiatsu
in Deutschland

Eimsbütteler Str. 53-55

D 22769 Hamburg

Telefon 040 - 85 50 67 36

Fax 040 - 85 50 67 37

info@shiatsu-gsd.de

www.shiatsu-gsd.de