

Jin Shin Jyutsu – ein Weg zu innerer Balance

Ström-Auszeit

»Frühlingsenergie und Neubeginn«

Im April sind wir ganz im Herzen des Frühlings angekommen, einer Zeit, in der Aufbruch, Lebenskraft und Erneuerung spürbar durch alles hindurchwirken.

Der Blick in die Natur zeigt uns, wie kraftvoll dieser Übergang ist: eine Schwelle, die uns einlädt, Altes liebevoll loszulassen und dem Neuen mit Offenheit zu begegnen. Die entschlossene Energie des Frühlings erinnert uns daran, dass Wandlung ein natürlicher Rhythmus des Lebens ist – und dass wir uns mit diesem Wirken verbinden dürfen, um unseren eigenen inneren Neubeginn zu nähren.

In dieser Auszeit widmen wir uns Strömsequenzen, die frische Energie einladen, Beweglichkeit auf allen Ebenen fördern und Impulse für persönliche Erneuerung schenken.

Wir beginnen und beschließen jeden Tag gemeinsam, indem wir in der Gruppe ausgewählte Selbsthilfe-Sequenzen strömen und so einen Raum für Regeneration, Ausrichtung und Wachstum öffnen.

An beiden ganzen Tagen werden die morgendlichen Strömsequenzen durch thematische Impulse begleitet, die den jeweiligen Ströme des Tages vertiefen und die Qualität des Frühlings erfahrbar werden lassen.

Leistungen

- * 4 Strömeinheiten je 50 Minuten als Einzelanwendung
- * 2 Morgenimpulse zum Strömtag in der Kleingruppe
- * je 3 Strömsequenzen in der Selbsthilfe zum Ankommen und Abrunden in der Kleingruppe (morgens und abends)

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich – bringe gerne eine offene Haltung mit und den Wunsch, sich selbst Gutes zu tun.

Datum & Ort

Die Auszeit findet vom **16. – 19. April 2026** in der Jin Shin Jyutsu Praxis von Diana Mantschuk in 34225 Baunatal-Großenritte statt (Beginn: 18.00 Uhr am 16. April 2026).

Preis

395,- Euro (inkl. MwSt.) pro Person. Unterkunft und Verpflegung sind individuell zu organisieren.

Fragen & Anmeldung

Für Fragen zur Auszeit oder zur Anmeldung erreichst du uns gerne per Mail:

jsj.mantschuk@gmail.com
annedore@die-harmoniegaertnerin.de

Wer dich begleitet

**Diana
Mantschuk**



Gesundheitspraktikerin,
seit 2020 Jin Shin Jyutsu-Praktizierende.

»Durch Jin Shin Jyutsu habe ich meine Gesundheit und mein Wohlbefinden wieder in meinen eigenen Händen. Ich kann mir Selbstfürsorge schenken und mir ganz einfach etwas Gutes tun! ,In den kleinsten Dingen, findet man sein größtes Glück.«

www.jsj-mantschuk.de

**Annedore
Liebs-Schuchardt**



Gesundheitspraktikerin,
seit 2020 Jin Shin Jyutsu-Praktizierende.

»Jin Shin Jyutsu ist für mich ein großes Geschenk – das Geschenk des Wissens und der Erfahrung, dass ich mir immer und jederzeit mir selbst helfen kann, mein Leben zu harmonisieren. Dass ist für mich das Geschenk der Selbstermächtigung.«

www.die-harmoniegaertnerin.de