



**HERZLICH WILLKOMMEN!**

**Let's start Selfhelp Teil 11 - online Kurs  
Einfach mitmachen - ohne Vorkenntnisse  
Beginn 30.10.2024**

**Immunsystem  
Gesund und fit durch Herbst und Winter  
Mudras Strömen im Advent  
Das Verdauen  
Im Herzen stark**

Eine Einführung in die Jin Shin Jyutsu Selbsthilfe mit Strömanleitung  
In die Jin Shin Jyutsu Physio-Philosophie hineinwachsen und vertiefen  
Die spannende Reise MICH SELBST KENNEN (mir helfen) LERNEN geht weiter

Mit den autorisierten Lehrerinnen  
**Petra Elmendorff, Mona Harris,  
Waltraud Riegger-Krause, Martina Six**

Aus der Fülle unseres gemeinsamen Erfahrungsschatzes bieten wir ein Kaleidoskop der verschiedenen Perspektiven

**Wie sieht die Reise aus?**

Das Gesamtpaket umfasst 4 Module. Jedes Modul umfasst 4 Termine wöchentlich ca. 30 Minuten, Mittwochs um 19:00 gepaart mit jeweils praktischen Selbsthilfekombinationen

**Modul 41: Immunsystem**  
**Modul 42: Strömen im Advent**  
**Modul 43: Das Verdauen**  
**Modul 44: Im Herzen stark**

Einzelnen bietet jedes Modul eine kraftvolle Selbsthilfe zu einem Thema. Als Gesamtpaket schenken sie ein Basiswissen für Jeden.

**Kosten:**

1 Modul = 4 Termine 36€  
Das Paket = 4 Module 130€

**Das Paket für Frühbucher 120€ bis 16.10.2024**

Aufzeichnungen stehen **ab Kaufdatum** 12 Monate zur Verfügung.  
**Buchungen der neuen Module 41 - 44 und des Gesamtpakets Teil 11 jetzt möglich unter:**

[www.jin-shin-jyutsu-online-academy.com](http://www.jin-shin-jyutsu-online-academy.com)



Herzliche Grüße  
Mona, Martina, Petra und Waltraud  
Jin Shin Jyutsu Spirit Mind Body