

## Ich biete an

Shiatsu

Qi Gong, auch für Kinder

Moxa

Shiatsu für Schwangere

Einzelunterricht

Meditation

Klangmassagen

Engelenergie

Preise und Termine nach

Vereinbarung

Dr. Gudrun Wegner

Bahnhofstr. 5a

6840 Götzis

Tel. 05523/63704

e-mail: [judie.wegner@a1.net](mailto:judie.wegner@a1.net)

# SHIATSU

# Qi Gong



# Shiatsu



## Qi Gong

Dr. Gudrun Wegner

Bahnhofstr. 5a

6840 Götztis

Tel. 05523/63704

e-mail: judie.wegner@a1.net

**Shiatsu** (= Fingerdruck) verbindet die traditionelle chinesische Medizin mit ihrer Idee der Einheit von Geist und Materie, von Mensch und Universum, mit westlichen Erkenntnissen der Physiotherapie.

Shiatsu ist ein vollständiges System der Heilung durch **Berührung**. Dabei liegt das Ziel in der Erhaltung der Gesundheit und des Wohlbefindens. Ausgehend vom Konzept des KI-Flusses in unserem Körper, hilft Shiatsu durch Aufspüren von Verspannungen, Energieblockaden zu lösen und die Selbstheilungskräfte im Körper zu aktivieren. Körperliche Beschwerden und Schmerzen werden so verringert oder ganz vertrieben. Shiatsu erfrischt und klärt den Geist, fördert unsere Vitalität und Energie und verleiht der Seele Flügel.



**Qi Gong**, die mehrere 1000 Jahre alte fernöstliche Bewegungslehre und Energiearbeit, verhilft ebenso wie Shiatsu zur **Vitalisierung und Harmonisierung** der Lebenskräfte. Durch das regelmäßige Üben von Qi Gong (= Pflege der Lebensenergie) lernen wir unser Ki zu aktivieren, zu trainieren und zu nähren. „Der Mensch lebt inmitten von Ki, und Ki erfüllt den Menschen.“ (Huang Di Nei Jing)

### Zu meiner Person:

Seit 1994 Shiatsu-therapeutin (Berlin)  
Soziologin (Dr. phil)  
2001 Rückkehr nach Vorarlberg.

Seit über 20 Jahren

Beschäftigte ich mich mit Körperarbeit und ihrer geistigen Komponente, von Massage, Tanz, Theater bis zu Qi Gong, Yoga, Biodynamik und Shiatsu.



Shiatsu ist für mich eine wunderbare heilende Art der Kommunikation, deren Ziel die Erhaltung und Verbesserung von Gesundheit und Vitalität ist

**Qi Gong** ist dazu nach meiner Erfahrung eine optimale Ergänzung, gibt es uns doch das Werkzeug in die Hand, das Ki im Körper selbst zu spüren und zu harmonisieren.