

Centro Equilibrio  
Agnese Livi  
c/o studio3spazi  
Via Motta 6  
6830 Chiasso

Iscrizione: mi iscrivo al seminario

Jin Shin Jyutsu® Seminario auto-aiuto 1 del

**21 / 22 settembre 2024**

**Luogo: Chiasso**

Nome: .....

Cognome: .....

Indirizzo: .....

Località: .....

Telefono: .....

E-mail: .....

Si prega di allegare Fr. 50.00 al momento dell'iscrizione o di versare la somma su IBAN CH69 0900 0000 6903 6129 0. In caso di rinuncia avvisare con 6 giorni di anticipo; in caso di disdetta posticipata la tassa verrà utilizzata per coprire spese.

data e firma:.....

Attività di JSJ 2024 Sonia Meneghini e Agnese Livi

Muralto Applicazione su se stesso J S J con Sonia  
Spiegazione applicazione JSJ su noi stessi. Presenza possibile senza conoscenze. Conferma della presenza gradita entro giovedì sera. Orario: 4.00 alle 17.00  
Date stabilite: 27.1/ 24.2 / 30.3 /20.4 / 25.5 / 15.06 / 14.09 / 11.1210 / 16.11. / 14.12.2024 Fr. 40.00

Applicazioni auto-aiuto su sé stessi con Sonia  
mercoledì alle 10.15 Studio3spazi  
Online via Zoom lunedì alle 19.30 / mercoledì 18.30  
Prezzo. Fr. 20.00 possibile senza conoscenze specifiche.

Attività JSJ nello studio3spazi con Sonia  
28 gennaio\_Campane tibetane e JSJ 17.00 / 18.15  
10 febbraio scambio sui lettini 9.00 / 11.30  
11 febbraio Campane tibetane e JSJ 17.00 / 18.15  
25 febbraio Campane tibetane e JSJ 17.00 / 18.15  
18 – 20 maggio Retreat Jin Shin Jyutsu & Yoga Respiro  
Ostello dei Cappuccini Faido

Tertianum Chiasso Campane tibetane e Jin Shin Jyutsu  
1 febbraio/7 marzo/11 aprile/ 9 maggio/13 giugno  
14.30 / 15.30 ingresso libero

Giugno / Luglio / Agosto  
JJS mercoledì a Obino 9.30 / 10.45 Conferma gradita.  
Solo con tempo bello.

Seminari a Chiasso Studio3spazi con Agnese  
6 e 13 aprile libro auto-aiuto 3 Connessione mani piedi

Scambio su lettini sotto il cielo a Monte:  
sabato 22 giugno dalle 9.30 alle 16.00 Fr. 60.00

Seminari a Chiasso, Studio3spazi con Agnese  
21 / 22 settembre 2024 libro auto-aiuto 1 Sperimentare e percepire i cambiamenti

Cure di 3 giorni JSJ intensa all'alpe Roncaia: Date su richiesta Applicazioni personali per equilibrare corpo, anima e mente. Include 4 applicazioni JSJ individuali, 2 pernottamenti nella baita e vitto vegetariano. Fr. 320.00

Ritiro la Luce della Pace 21.12.24 ore 15.00 / ore 18.00

Agnese 079 6157514

Sonia 0793608356

# Jin

# Shin

# Jyutsu®

*auto aiuto libro 1*



Tutti i seminari sull'arte Jin Shin Jyutsu sono organizzati secondo gli insegnamenti di Mary Burmeister.

### **Primo libro - Scoprire un'arte di vita**

Nel primo libro di auto-aiuto impariamo ad aiutarci usando Jin Shin Jyutsu quotidianamente. In questi due giorni entriamo in un mondo nuovo e cominciamo a conoscere la filosofia, la teoria e la pratica. Percepire che cosa succede nel nostro corpo è la sostanza del seminario. Vengono spiegati sequenze per il rilassamento, esercizi per superare lo stress e la stanchezza e per armonizzare le nostre energie vitali.

### **Secondo libro - Approfondire l'arte di vita**

Approfondiamo i fondamenti di Jin Shin Jyutsu e scopriamo i luoghi in cui sono poste le 26 serrature di salvaguardia d'energia. Impariamo le loro funzioni e il modo in cui possiamo cambiare efficacemente il decorso di una malattia. In questo seminario mettiamo in pratica le sequenze intere di auto-aiuto, sia da soli sia scambiandoci applicazioni. Questo seminario può essere frequentato senza nozioni di Jin Shin Jyutsu.

### **Terzo libro - Comprendere l'arte di vita**

In questo seminario miglioriamo la comprensione dell'arte Jin Shin Jyutsu e scopriamo i legami tra corpo, anima e mente. Impariamo la connessione tra le dita della mano e le dita del piede. Vediamo come mani e piedi suddiviso in sezione, corrispondono a diversi parti del corpo. Osserviamo lo straordinario effetto di Jin Shin Jyutsu e scopriamo il collegamento tra le nostre abitudini e i nostri disturbi fisici.



## **Jin Shin Jyutsu**

### **libro auto aiuto 1**

**sabato / domenica  
21/22 settembre 2024**

**9.30 - 16.30**

**Luogo: Centro Equilibrio Chiasso**

Prezzo: Fr. 250.00, libro auto aiuto 1 incluso  
Studenti e Ripetenti Fr. 120.00

Compreso acqua, caffè, tè, frutta e le merendine

*Jin Shin Jyutsu è un antico metodo di guarigione ed è semplice da praticare. Ogni persona può imparare ad armonizzare le energie vitali del suo corpo e a rinforzare la propria profonda potenza di auto guarigione. Jin Shin Jyutsu è un' integrazione significativa nel sistema curativo tradizionale. Praticando quest'arte si posano le mani su diversi punti del corpo. Questi "tocchi" permettono di attivare l'auto-guarigione, di armonizzare il sistema nervoso e immunitario e di sciogliere le tensioni quotidiane.*

*Il nostro modo di vivere è sempre più frenetico e incide notevolmente sui nostri pensieri, sul nostro comportamento e sulla nostra salute. Sempre più persone sono alla ricerca di armonia interiore e di benessere psicofisico. Una nuova filosofia sta guadagnando terreno, la filosofia della prevenzione, che riduce sensibilmente la necessità di intervento della medicina ufficiale. Apprendere Jin Shin Jyutsu significa fare lavoro di prevenzione a favore della propria salute; applicare Jin Shin Jyutsu vuol dire assumere responsabilità verso se stessi e fare il primo passo verso una nuova consapevolezza.*

*Imparando Jin Shin Jyutsu si migliora la qualità della vita e si impara ad equilibrare e a mantenere il proprio stato di salute. Il metodo Jin Shin Jyutsu è così semplice, che è possibile praticarlo dall'infanzia fino ad un'età molto avanzata.*

*Praticare Jin Shin Jyutsu regolarmente su sé stessi apre le porte verso la profondità dell'anima, rinforza le energie vitali e ritarda il processo d'invecchiamento.*