

## PERUSKURSSIN OHJELMA

Shiatsun teoria esittely  
Perustekniikoita  
Stressin ja jännityksen hoito  
Itämainen diagnostiikka  
Ensiapu shiatsu

## DIPLOMIKURSSIN OHJELMA

Shiatsun teoria esittely  
Ravitsemus  
Itämainen diagnostiikka  
Visualisaatio ja parantaminen  
Hara-shiatsu  
Esteet shiatsun antamiselle  
Itsetunnon hoito  
Edistyneempää diagnostiikkaa  
Ruoansulatus  
Tunneongelmien hoito  
Hengitysjärjestelmän shiatsu  
Raskaudenajan hoito  
Verensokerinhäiriö  
Immuunijärjestelmän ongelmia  
Maksa ongelmia  
Ongelmia munuaisten kanssa  
Perna ja haima ongelmia  
Keuhkongelmia  
Sydän ongelmia  
Taoalainen voimaharjoitus  
Rentoutumis tekniikoita  
Sydämenhallitsia/ Kolmoislämpö meridiaanit  
Sotai tekniikoita  
Kinesiologia ja shiatsu  
Ensiapu ja urheiluvammat

## PERUSKURSSI

**4-5. 4. 2009**

**tai 23-24. 5.2009**

**AIKA:** La 10-17, Su 9-16

**PAIKKA:** YOGAKOULU SHANTI,  
Runeberginkatu 43, 2 krs. 00100 Helsinki

**HINTA:** 100 €

### ILMOITTAUTUMINEN:

Vahvista sähköpostilla john.lewis@shiatsu.fi  
ja maksa 100 €

**NORDEA John Lewis 114535-35124**

viesti: "perus huhtikuu tai toukokuu 2009"

## DIPLOMIKURSSI

**alk. 26-27.9.2009**

**osa 1** 26-27 .9, 24-25.10, 21-22.11  
ja 19-20.12. 2009

**osa 2** 23-24.1, 27-28. 2, 27-28. 3  
ja 24-25. 4. 2010

**AIKA:** La 9 -17, Su 9-15

**PAIKKA:** YOGAKOULU SHANTI,  
Runeberginkatu 43, 2 krs. 00100 Helsinki

### KURSSINHINTA:

880 € (110 € / vkl.)

### ILMOITTAUTUMINEN:

Vahvista sähköpostilla ja maksa  
110 € (ensimmäisen viikonlopun maksu)  
tai 700 € (saat 20% alennusta jos maksat koko  
kurssin etukäteen ennen 01.05.09)

**NORDEA John Lewis 114535-35124**

viesti: "diploma 09-10"

# SUOMEN SHIATSUKOULU



## SHIATSUKURSSIT 2009-2010

[www.shiatsu.fi](http://www.shiatsu.fi)



## MITÄ SHIATSU ON?

Kaukoidän ihmiset ovat jo tuhansien vuosien ajan käyttäneet luonnonmukaisia parannusmenetelmiä. Suomen Shiatsukoulussa opetamme shiatsua, joka on elävä esimerkki luonnollisista parannuskeinoista.

Shiatsu-hieronnan avulla voidaan hoitaa erilaisia terveys-ongelmia. Hieronnan lisäksi kurssilla tutustutaan itämaiseen diagnostiikkaan, ravinto-oppiin, yrttien lääkintäkäyttöön sekä itsemme kehittämiseen erilaisten harjoitusten avulla.

## KUINKA SE TOIMII?

Shiatsu tarkoittaa "peukalolla painamista", mutta siihen sisältyy myös venytyksiä, hieromista, painelemista ja taputtelua eri puolille kehoa.

Shiatsuhieronnan avulla pyritään tasapainottamaan hoidettavan elämänenergiaa siten, että paraneminen voi alkaa. tämaisessa lääketieteessä keskitytään parantamaan ennen kaikkea CHI-energian avulla.

Kun manipuloimme chi-energiaa, alkavat kaikki kehon eri järjestelmät toimia paremmin, ja hoidettava voi aloittaa matkansa kohti terveyttä.

## MIKSI OPISKELLA?

Halusitpa sitten uuden ammatin tai vain huolehtia perheesi ja ystäviesi terveydestä ja hyvinvoinnista, shiatsu on sinulle arvokas työkalu.

Shiatsun opiskeleminen voi myös auttaa sinua ymmärtämään elämäsi tarkoituksen ja suunnan. Shiatsukurssi voi lisäksi tarjota sinulle voimakkaita virikkeitä unelmiesi ja aikomustesi toteuttamiseksi.

Lisäksi diplomikurssilla avustaa joukko kokeneita ja päteviä shiatsuhoitajia, joilla on jokaisella oma persoonallinen tapansa lähestyä shiatsun taidetta.

Suomen Shiatsukoulu on ollut 23 vuotta Suomessa.



## OPETTAJA

Suomen Shiatsukoulun johtaja JOHN LEWIS on työskennellyt shiatsun parissa 33 viime vuoden ajan. Hänellä on laaja kokemus eri terveysongelmien hoidossa, ja hän on opettanut shiatsua eri puolilla maailmaa.

Hän on kirjoittanut kirjan Opi Shiatsua (1988 Tammi), Diploma Study Manual (1997, SSK) ja Master Course Study Manual (2000, SSK). Kaksi uutta kirjaa julkaistaan vuonna 2009.

Lisätietoja sekä  
varaukset numerosta  
044 545 6785 tai sähköpostilla:  
[john.lewis@shiatsu.fi](mailto:john.lewis@shiatsu.fi)