

# Usui - Reiki

## Ganzheitliche Reiki-Anwendung

Eine Anwendung zur Tiefenentspannung, Stärkung der inneren Selbstheilungskräfte des Körpers, schnellere Regeneration nach Krankheit und Lösung emotionaler und mentaler Blockaden.

## Mentalanwendung

Eine Anwendung, die ein hilfreiches Mittel für die persönliche Entwicklung sein kann.

## Reiki-Anwendung an Tieren

Tiere sprechen sehr gut auf Reiki an, da sie im Allgemeinen über ein dynamischeres Energiesystem und bessere Wiederherstellungskräfte verfügen.

## Reiki-Fernanwendung

Eine Anwendung (z. B. für schwerkranke, bettläufige Patienten, Reisende, Klienten aus der Ferne oder dem Ausland), bei der man Reiki erhalten kann, ohne meine Praxis vor Ort aufsuchen zu müssen .

- Fernanwendung für einen bestimmten Menschen
- Fernanwendung für die Reise
- Fernanwendung für die Welt (mit Mentalheilung)
- Fernanwendung für ein bestimmtes Tier

## Chakren-Arbeit

Anwendung zur Ermittlung, Korrektur und Harmonisierung von Störungen und Blockaden der Chakren, die sich sowohl auf der physischen als auch auf der psychischen Ebene auswirken können.

- Chakren-Analyse
- Chakren-Korrektur
- Chakren-Ausgleich

## Das Besondere an JAWAIDs Reiki-Anwendungen

- Persönliche Beratung
- Energetische Analyse
- Behandlungsplan
- Individuelle Reiki-Anwendung bis zu 2 Stunden

Lassen Sie sich gerne von mir beraten!

Von allen gesetzlichen Krankenkassen anerkannt, nach dem höchsten Nationalen Standard (UK) in Ganzheitlichen Therapien ausgebildet, nach Qualitätsstandard (UK) zertifiziert, sowie international anerkannt.

## Dipl.-Biol. Sabine Jawaid



- Internationales VTCT Diplom nach IIHHT und QCA-Standard in Level 3 Schwedische Massage (UK)
- Internationales VTCT Zertifikat nach IIHHT und QCA-Standard in Anatomie, Physiologie und Massage (UK)
- Zertifikat in Fußreflexzonen-Massage
- Zertifikat in Kräuterstempel-Massage
- Zertifikate in Reiki-Usui-System L1 + L2
  
- Krankenkassenanerkennung aller gesetzlichen Krankenkassen (Qi Gong- und Tai Chi-Wochenkurse)
- Zertifikat als Übungsleiterin für Qi Gong und Tai Chi
- Dozentin für Tai Chi- Waffenformen: Yang-Schwert/ Langstock/ Regenbogen- Fächerform/ Kung- Fu- Fächerform, Tai Chi- Faustformen: Peking-/ Traditionelle Yang/ Prof. Cheng Manch'ing/ Shaolin-Tai Chi/ Shaolin-Yang/ Chen/ Zhao Bao und Qi-Gong: Buddha Qi-Gong/ Ba Duan Jin/ 5-Elemente/ 5-Räder/ Lian Gong Shi Ba Fa/ therapeutisches Qi Gong, Bagua-Qi Gong, traditionelles Qi Gong und Richtiges Atmen, sowie Taijijiao: Wu Ji Zang, Taiji Zang, Daoyin Gong, Chan Si Gong, Bagua, Xinyi und Meditationen.
  
- Dozentin für Gesundheitsthemen
- Persönliche Beratungen und Privatstunden
- Business-Angebote
- Buch-Veröffentlichungen

## So finden Sie uns:



## Informationen und Anmeldung

Telefon: 0 68 97 - 600 505

E-Mail: [fitindiezukunft@online.de](mailto:fitindiezukunft@online.de)

Internet: [www.fitindiezukunft.de](http://www.fitindiezukunft.de)

Für alle Angebote und Kurse bitte vorher anmelden!

# MASSAGEN REIKI QI GONG TAI CHI

SABINE  
JAWAID

endeavor training and learning centre

- Sandstraße 13
- 66287 Quierschied
- Telefon 0 68 97 - 600 505

[www.fitindiezukunft.de](http://www.fitindiezukunft.de)

# GANZHEITLICHE MASSAGEN



## Schwedische Massage (nur für Frauen)

Anwendungsdauer: 60 - 120 Min.

an Rücken, Nacken, Dekoltee, Beinen, Armen, Händen, Bauch, Gesicht und Kopf. Eine Massage, die nicht nur der Gesundheit dient, sondern vor allem auch der physischen und mentalen Entspannung. Wunderbarer Nebeneffekt: Die Massage sorgt für straffere Haut und schöneren Teint.

## Ägyptische Reflexzonenmassage

Anwendungsdauer: 60 - 120 Min. an Füßen oder Händen.

- Grundbehandlung
- Spezielle Behandlung von Wirbelsäulen-, Gelenk- und Muskelproblemen
- Spezielle Behandlung von lymphatischen Grunderkrankungen
- Spezielle Behandlung von hormonellen Grunderkrankungen
- Narbenbehandlung

Eine Massage, die es ermöglicht, Erkrankungen der inneren Organe an der Haut oder den Muskeln bzw. Verspannungen der Muskeln, die sich auf die Organe auswirken, in einem sehr frühen Stadium aufzuspüren und zu behandeln.

## Indische Kräuterstempel-Massage

Anwendungsdauer: 75 Min. an Füßen Beinen, Rücken, Armen, Händen, Bauch, Dekoltee und Gesicht.

- Spezielle Behandlung zur Entspannung
- Spezielle Behandlung bei Gelenk- und Muskelbeschwerden
- Spezielle Behandlung mit individuell zusammengestellten Kräutern

# TEILKÖRPER-MASSAGEN

## Meridian-Massage

Anwendungsdauer: 30 Min.

## Wellness-Massage

Anwendungsdauer: 30 Min.

Eine Massage bei akuten und lokalen Beschwerden an Rücken, Nacken, Gesicht, Armen, Beinen oder Füßen.

## Anti-Cellulitis-Massage

Anwendungsdauer: 45 Min. an Oberschenkel und Bauch

Geschenkgutscheine auf Anfrage erhältlich!

# QI GONG

Qi Gong, wie ich es seit 17 Jahren mit Erfolg praktiziere....



## Was ist Qi Gong?

Qi Gong ist Bestandteil der Traditionellen Chinesischen Medizin und beinhaltet das Arbeiten mit und an der Lebensenergie (Qi). Als Basis dienen dabei Bewegung, Atmung und innere Arbeit.

## Was ist das Besondere an Qi Gong?

Qi Gong hilft nachweislich bei chronischen Erkrankungen und dient der präventiven Gesunderhaltung. Qi Gong wirkt auf alle Muskelgruppen, auch auf die kleineren, die von anderen Sportarten nicht trainiert werden. Deshalb dient Qi Gong auch der Leistungssteigerung und als Ergänzung zu anderen Sportarten.

## Welchen Erfolg bringen Qi Gong-Semester-Kurse?

Der Ungeübte kann die Lebensenergie meist nur in passiver Form aus der Umgebung aufnehmen sowie über Nahrung, Getränke und Atmung. Qi Gong-Praktizierende können darüber hinaus in diese Abläufe eingreifen und aktiv Energie aufnehmen. Lassen Sie sich von dem Effekt bei regelmäßigem Üben überraschen.

## Für wen sind Qi Gong-Semester-Kurse geeignet?

Für jeden, der es gerne erlernen möchte, unabhängig von Geschlecht, Alter und körperlichen Voraussetzungen.

## Welche Art von Qi Gong ist für Sie das richtige?

Lassen Sie sich von mir beraten, besuchen Sie einen meiner Fachvorträge über Qi Gong oder steigen Sie gleich in die Praxis ein und nehmen an einem der Qi Gong-Wochenendkurse teil.

## Wie sieht so ein Qi Gong- bzw. Tai Chi-Semester-Kurs aus?

Die Übungen werden in Gruppen von maximal sechs Personen in Theorie und Praxis der Energiearbeit eingewiesen. Diese Gruppengröße garantiert, dass auf einzelne Fragen und Wünsche näher eingegangen werden kann. In angenehmer Atmosphäre und energetisch gereinigten Räumen wird den Teilnehmern darüber hinaus unter persönlicher Betreuung die Möglichkeit gegeben, das erlernte Wissen in einem regelmäßigen Training anzuwenden.

# TAI CHI

Tai Chi, wie ich es seit 17 Jahren mit Erfolg praktiziere...



## Was ist Tai Chi?

Tai Chi ist eine Kampfkunst, ein weicher oder innerer Stil des Kung Fu. Geübt wird sie in einem Zustand bewegter Meditation.

## Was ist das Besondere an Tai Chi?

Tai Chi wurde für den Kampf entwickelt, gleichzeitig wird die innere Kraft des Körpers gestärkt und die Gesundheit verbessert. Tai Chi ist darauf ausgelegt, dass ein kleiner, schwacher Mensch auch einen großen und starken Menschen besiegen kann.

## Was bringen Tai Chi-Semester-Kurse?

Trainiert werden die natürlichen Fähigkeiten des entspannten Körpers wie Beweglichkeit, Verbundenheit, Gleichgewicht und Koordination. Das Üben in Gelassenheit stärkt Geist und Herz. Tai Chi-Praktizierende gewinnen Energie durch die verschiedenen Bewegungen, die auf dem Prinzip des Energiekreislaufs basieren.

## Wer kann meine Tai Chi-Semester-Kurse besuchen?

Jeder, der es gerne erlernen möchte, unabhängig von Geschlecht, Alter und körperlichen Voraussetzungen.

## Welche Art von Tai Chi ist für Sie das Richtige?

Lassen Sie sich von mir beraten, besuchen Sie einen meiner Fachvorträge über Tai Chi oder steigen Sie gleich in die Praxis ein und nehmen an einem der Tai Chi-Wochenendkurse teil.

- **GESUNDHEIT**
- **WOHLBEFINDEN**
- **ENERGIE**

**Gleich anmelden!**

www.fitindiezukunft.de

