



# Übersicht Shiatsu - Ausbildung Frühling 2023 - 2026



**W**illkommen in der Shiatsu Welt!

Hier ein kleiner Überblick über den Aufbau und Inhalt.

Die Shiatsu Ausbildung erstreckt sich über insgesamt drei Jahre, eingeteilt in 6 Semestern zu je vier Wochenenden (das 5. und 6. Semester beinhaltet 5 Wochenenden). In diesen insgesamt ca. 750 Ausbildungsstunden (UE) ist sowohl der gesetzlich verankerte Inhalt integriert, als auch zusätzliche Übungseinheiten, begleitende Gesprächsführung, individuelle Evaluation/Supervision und projektorientierte Kleingruppenarbeiten.

Dazu kommt im Laufe der Ausbildung noch Hygiene (8 UE) und Erste Hilfe (15 UE) sowie die Shiatsu – Eigenerfahrung (15 Behandlungen im Laufe der drei Jahre) und Supervisionen (2 Sitzungen). Die Gesamt-Kurskosten belaufen sich auf ca. 8.900€. Minimale Teilnehmerzahl 8, maximal 16 Personen.

Unsere Kurszeiten an den Wochenenden (kurzfristige Änderungen vorbehalten):

Freitag	9:00 - 20:00
Samstag	9:00 - 20:00
Sonntag	9:00 - 17:00

### Terminübersicht:

#### Semester 1 (1.300€)

Einführungswochenende 10. – 12. März 2023

Das Einführungswochenende ist gleichzeitig das erste Wochenende der Ausbildung und kann als Orientierungswochenende auch separat gebucht werden.

#### Semester 1

Einführungswochenende	WE 1
14. – 16. April 2023	Wochenende 2
19. – 21. Mai 2023	Wochenende 3
23. – 25. Juni 2023	Wochenende 4

#### Semester 2

Oktober 2023	Wochenende 1
November 2023	Wochenende 2
Dezember 2023	Wochenende 3
Jänner 2024	Wochenende 4

#### Semester 3

März 2024	Wochenende 1
April 2024	Wochenende 2
Mai 2024	Wochenende 3
Juni 2024	Wochenende 4

#### Semester 4

Oktober 2024	Wochenende 1
November 2024	Wochenende 2
Dezember 2024	Wochenende 3
Jänner 2025	Wochenende 4

#### Semester 5

Feb. 2025	Wochenende 1
März 2025	Wochenende 2
April 2025	Wochenende 3
Mai 2025	Wochenende 4
Juni 2025	Wochenende 5

#### Semester 6

Sept. 2025	Wochenende 0
Okt. 2025	Wochenende 1
Nov. 2025	Wochenende 2
Dez. 2025	Wochenende 3
Jänner 2026	Wochenende 4

Abschlussprüfung Februar 2026

ORT: Haus der Elemente, Maria Rain, Unterschlossberg 10

KOSTEN: pro Semester 1.300€ (bzw. 1.600€ im 3. Jahr)

## Was für Möglichkeiten bietet Dir diese Ausbildung?

- Du kannst selbständig arbeiten und Dir die Zeit selber einteilen
- Du kannst dein Geld mit etwas verdienen, das Dir sinnvoll erscheint und Spaß macht
- Du kannst deine Körper-Wahrnehmung verfeinern und erweitern
- Du trittst mit Dir und Anderen tief in Kontakt
- Du entwickelst dich selber dabei weiter

## Inhalt Übersicht

### Erstes Semester:

- Erlernen einer vollständigen Ganzkörperbehandlung
- Das traditionelle (klassische) Meridiansystem
- Anatomie des Menschen
- Grundzüge der fernöstlichen Medizin (YIN/YANG, Leere/Fülle, der KI-Begriff)
- Energetische Einschätzung und Wahrnehmung von Gesicht und Körper
- Die Fünf Wandlungsphasen in Theorie und Praxis
- Übungen aus dem DO IN, MAKKO HO, Yoga, Feldenkrais

### Zweites Semester:

- Integration der traditionellen Meridiane und spezieller Akupressurpunkte (BO/YU, Meisterpunkte)
- Arbeit am HARA (= energetisches Zentrum des Körpers)
- Übungen für die Wahrnehmung und Persönlichkeitsentwicklung
- Spezielle Anatomie und Physiologie 1
- Theorie der Akupunkturpunkte und der Berührung
- "Barfuß-Shiatsu" und Thai-Yoga-Übungen
- Evaluation und individuelle Beurteilung

### Drittes Semester:

- Spezielle Behandlung in der Seitenposition
- Die erweiterte Sitzposition
- Das Arbeiten mit Ellbogen, Knien und Unterarmen
- "Erste Hilfe und verbotene Punkte"
- Spezielle Anatomie und Physiologie 2
- Energetische Einschätzung an Bauch und Rücken nach Masunaga
- Persönlichkeitsentwicklung und Reflektion

### **Viertes Semester:**

- Das Masunaga-Meridiansystem
- Meridiandehnungen, sedieren und tonisieren
- Energetische Einschätzung der Meridiane („Spüren von Ki“)
- Physiologie und Einführung in die Pathologie
- Weiterführende (ganzheitliche) Einschätzung des Körpers
- Die "Klient-Therapeut"-Beziehung - Projektionen und der "Schatten"
- Evaluation und individuelle Beurteilung -  
Entscheidung über Aufstieg ins dritte Jahr

### **Fünftes Semester:**

- Strukturelle Arbeit am Bewegungsapparat
- Einführung in die ganzheitliche Nahrungsenergetik
- Die Faszien und der Zentralkanal
- Das ganzheitliche Gesundheitsverständnis
- Spezielle Gelenksrotationen und -öffnungen
- Schulung von Selbstreflexion und Wahrnehmung
- Konkrete Krankheitsbilder aus östlicher und westlicher Sicht (Pathologie)
- Pathologie und Abschlussprüfung in medizinischem Grundwissen

### **Sechstes Semester:**

- Fallanalysen und Präsentationen der TeilnehmerInnen von individuellen Themen
- Integration und Vertiefung des bislang Erlernten
- Begleitende Gesprächsführung
- Schattenarbeit - Entdecken unserer verborgenen Seiten
- Grenzen, Grenzkonflikte und Kontraindikationen
- Rechtliche / berufliche Grundlagen und Ethik im Shiatsu
- Aufbau einer professionellen Shiatsu-Praxis/Shiatsubehandlung

**A**lle Ausbildungswochenenden werden begleitet von morgendlichen Übungseinheiten (Do In, zur Stärkung des Immunsystems und zur Verbesserung der eigenen Mobilität und Wahrnehmung) und von vertiefenden Praxisstunden am Ende eines Tages. Gesprächsrunden und Erfahrungen in der Praxis sind weitere wichtige Bestandteile eines Wochenendes.

Anmelden bitte online auf [shiatsu-kärnten.at](http://shiatsu-kärnten.at) (oder einfach scannen)!



Wir freuen uns auf Dich 😊

Shiatsu Zentrum Kärnten - Verein für Körper- und Bewusstseinschulung

Karawankenweg 3  
9201 Krumpendorf  
[www.shiatsu-kärnten.at](http://www.shiatsu-kärnten.at)

ZVR-350217665

Tel. 0664 1812301