



# Übersicht Shiatsu - Ausbildung 2026 - 2029



**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. 700 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). Für einen **NQR VI** Abschluss siehe [shiatsu-kaernten.at/faq](http://shiatsu-kaernten.at/faq). Die Gesamt-Kurskosten belaufen sich auf ca. 9500€. Minimale Teilnehmerzahl 8, maximal 16 Personen.

Unsere Kurszeiten an den Wochenenden (kurzfristige Änderungen vorbehalten):

Freitag	9:00 - 19:30
Samstag	9:00 - 19:30
Sonntag	9:00 - 16:00

## Terminübersicht:

### Semester 1 (1.440€)

Basis Modul: 02. – 04. oder 23. - 25. Oktober 2026

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

### Semester 1

Basis Modul = Wochenende 1	
20. – 22. November 2026	WE 2
18. – 20. Dezember 2026	WE 3
29. – 31. Jänner 2027	WE 4

### Semester 2

07.- 09. März 2027	Wochenende 1
11. - 13. April 2027	Wochenende 2
16. – 18. Mai 2027	Wochenende 3
13. – 15. Juni 2027	Wochenende 4

### Semester 3

Oktober 2027	Wochenende 1
November 2027	Wochenende 2
Dezember 2027	Wochenende 3
Jänner 2028	Wochenende 4

### Semester 4

März 2028	Wochenende 1
April 2028	Wochenende 2
Mai 2028	Wochenende 3
Juni 2028	Wochenende 4

### Semester 5

September 2028	Wochenende 1
Oktober 2028	Wochenende 2
November 2028	Wochenende 3
Dezember 2028	Wochenende 4
Jänner 2029	Wochenende 5

### Semester 6

Feb. 2029	Wochenende 0
März 2029	Wochenende 1
April 2029	Wochenende 2
Mai 2029	Wochenende 3
Juni 2029	Wochenende 4

Abschlussprüfung September 2029  
(Änderungen vorbehalten)

ORT: Haus der Elemente, Maria Rain, Unterschlossberg 10

KOSTEN: pro Semester 1.440€ (bzw. 1.790€ im 3. Jahr, siehe auch unsere AGBs)

## Was für Möglichkeiten bietet Dir diese Ausbildung?

- **Du kannst deine eigenen Visionen verwirklichen**
- **Du kannst selbständig arbeiten und Dir die Zeit selber einteilen**
- **Du kannst dein Geld mit etwas verdienen, das Dir sinnvoll erscheint und Freude macht**
- **Du kannst wirklich etwas bewirken, bewegen und verändern**
- **Du wirst 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 – die Therapeut- Klient Beziehung
- 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-kaernten.at](http://shiatsu-kaernten.at) (oder einfach scannen)!



Wir freuen uns auf Dich 😊

Shiatsu Zentrum Kärnten - Verein für Körper- und Bewusstseinschulung

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

ZVR-350217665

Tel. 0664 1812301