



# Fort- und Weiterbildung - Agenda 2010

Kurse nach Richtlinien SGS, EMR, ASCA, EGK

## Komplementär Medizin - ganzheitlich gesund leben Shiatsu - Aromatherapie - Heilkräuter

5 Elemente - Lebensenergien im Wandel	2010	Zeit / Dauer	Investition
"Sprudelnde Quelle" 5 Elemente Feuer Erde Metall Wasser Holz - Verschiedene Energieübungen und Theorie für ein kreatives gesundes Leben und für die Arbeit mit Menschen kennen und anwenden lernen	28.1.10 - fortlaufend in Winterthur, auf Anfrage	donnerstags unterschiedlich Nachmittag und Abend	Fr. 40.- pro Abend Einzelstunde Fr. 125.-
Kursthemen Shiatsu	2010	Zeit / Dauer	Investition
<b>Shiatsu für einen gesunden Rücken</b> ergänzt durch Elemente aus dem Tango und Ausrichtungsübungen sowie visuelle Experimente	6. Februar Samstag	9 - 18 Uhr / 7 Std.	Fr. 200. -
<b>Neuroveget. Stimulation / Stressmanagement an Kopf und Nacken</b> , 15 Min. Behandlungsablauf	21. Februar Sonntag	9 - 18 Uhr / 7 Std.	Fr. 200.-
<b>Gehen auf der Erde - Shiatsu an Fuss u. Bein - Ausrichtung:</b> nützliche Griffe und Techniken, um Stauungen und Schmerzen zu lösen, ergänzt durch Tanzelemente und Gehmeditationen	17. April Samstag	9 - 18 Uhr / 7 Std.	Fr. 200.-
<b>AD(H)S u. Wahrnehmungsthemen - Körpertherapie als Chance:</b> Spezielle wirkungsvolle Techniken, Zentrierungen sowie Ernährungshinweise, zusätzlich Vortrag von Sivlia Veronesi, Kindergärtnerin	30. - 31. Oktober Wochenende oder 20./21.8.2011)	9 - 17 Uhr / 13 Std.	Fr. 400.-
<b>Shiatsu als Tanz - als Behandlerin im Tun verschwinden</b> Tanzen und Momentum mit der Schwerkraft und Chi Energie. Kursziel: arbeiten wie eine Energiesparlampe, höchste Leistung bei minimalen aber leichtem und sehr ästhetischem Einsatz	11. Dezember Samstag	9 - 18 Uhr / 7 Std.	Fr. 200.-
Kursthemen Aromatherapie / ätherisch - Chi	zwischen	Himmel und Erde	riechen
<b>Duft und Psyche Begleitung mit ätherischen Ölen</b> Einsatz von Düften, wie, wann, bei wem, wann nicht.	29. Mai Samstag	9 - 18 Uhr / 7 Std.	Fr. 200.- plus Materialkosten
<b>Power Aromatherapie bei Grippe und Folgen, Element Metall</b> , Wir beachten alle Phasen der Erkältungsstadien, Gelenkerkrankungen mit naturheilkundlichen Anwendungsmöglichkeiten	27. November, Samstag	9 - 18 Uhr / 7 Std.	Fr. 200.- plus Materialkosten
Kursthemen Heilkräuter und Ernährung	Energie im	Heilgarten erleben.	
<b>Kochkurs Element Wasser - Sushi und wärmende Wurzel und Kräuter-Suppen</b>	23. Januar, Samstag	9 - 18 Uhr / 7 Std.	Fr. 220.- inkl. Mahlzeiten
<b>Heilkräuter im Sommergarten:</b> Begehung, Bio- Mischkultur, Signaturenlehre, 5 Elemente, Meditation mit Kräutern	12./13. Juni	9 - 17 Uhr / 13 Std.	Fr. 400.-
<b>Heilkräuter im Sommergarten / Spezialkurs:</b> Begehung, Vortrag, Imbiss	3. Juli, Samstag 9 bis ca. 13 Uhr	ca. 4 Std.	Fr. 100.-
<b>Wurzelkraft: Heilpflanzen ernten und verarbeiten,</b> Beinweil, Eibisch, Alant, Schwarzkümmel	18. September Samstag	9 - 18 Uhr / 7 Std	Fr. 200.-

Eine ausführliche Kursbeschreibung finden Sie unter [www.essential5.ch](http://www.essential5.ch).

Sie wird Ihnen auf Anfrage auch gerne per Post zugesandt. Bitte frühzeitig anmelden, beschränkte Teilnehmerzahl.

### Angaben zu den Kursen:

**Kursleitung:** Verena Bauer, Dipl. Shiatsu- und Aromatherapeutin, Erwachsenenbildnerin SVEB 1, Kräuterefachfrau  
**Kursort:** 8484 Weisslingen (Zürcher Oberland), Grabenwiese 8, oder Winterthur (bei grosser Teilnehmerzahl)  
**Kurssprache:** Deutsch/Mundart (engl. und franz. in mündlicher Übersetzung möglich)  
**Kontakt:** Verena Bauer - T 0041 (0)52 384 20 91, Handy 0041 (0)79 795 02 46, [info@essential5.ch](mailto:info@essential5.ch).

**Praxisangebot:** Prozessorientierte Begleitung, Coaching, Ernährungsberatung Metabolic Typing und 5 Elemente Ernährung,  
Verkauf von 5 Elemente Heilkräutertees aus eigenem Anbau, farfalla und andere Produkte. Und das allerwichtigste:  
Zen Shiatsu oder die sinnliche feinstoffliche Aroma Shiatsu Massage mit warmen heilsamen Ölen, Körperarbeit aus dem Hara  
mit viel Chi-Kraft.

**Die Kunst, zu berühren. Im Zentrum steht der Mensch als Teil der Natur und des Universums.**

Essential 5 Verena Bauer Shiatsu Körpertherapie

Praxen: Grabenwiese 8, 8484 Weisslingen und Wartstrasse 9, 8400 Winterthur  
fon +41(0)52 384 20 91, Mobil 079 795 02 46, [info@essential5.ch](mailto:info@essential5.ch), [www.essential5.ch](http://www.essential5.ch)