



**energiespur.ch**  
Beratung • Begleitung • Bildung  
Obere Kirchgasse 8, 8400 Winterthur  
052 222 92 43, energiespur@bluwin.ch

**Doris Spöri**  
Komplementär Therapeutin  
mit eidg. Diplom Methode Shiatsu  
Psychoenergetik nach P. Schellenbaum  
Ausbilderin mit eidg. Fachausweis  
Supervisorin Oda KT

**指圧 Shiatsu**  
Japanische Fingerdrucktherapie

Dipl. Shiatsu-Therapeutinnen SGS  
Gemeinschaftspraxis Villa Lindgüetli  
Hermann Götz-Strasse 21  
8400 Winterthur

Susanne Blum  
079 786 12 02  
www.shiatsu-blum.ch

Iris Ziswiler  
079 549 93 92  
www.shiatsu-ziswiler.ch

**Kientalerhof**  
*We touch life*

Das Leben berühren.

**Als anerkannte(r) Komplementär-TherapeutIn mit eidg. Diplom**

- Shiatsu
- Craniosacral Therapie
- Akupressur Therapie
- Tronic Commun

**Als dipl. Körper-TherapeutIn**

- Ayurveda Massage
- Trager Therapie
- Tibetan Cranial Therapie
- Esalen® Massage
- Lymphdrainage
- Colon Hydro Therapie

**Laufende Info-Veranstaltungen**  
mit kostenlosen Probebehandlungen  
z.B. am 13. Oktober 2018 in Basel

**Kientalerhof**  
Bildung Auszeit Körperarbeit Bewusstseinsentfaltung  
033 676 26 76 | info@kientalerhof.ch | www.kientalerhof.ch

**SHIATSU Ruhe Resonanz**  
Christine Stricker Vetsch

Energien erfahren und erleben.

Praxis:  
Untere Kirchgasse 2, 8400 Winterthur  
Dorfstrasse 35, 8310 Grafstal  
Telefon 079 646 89 17  
www.shiatsu-ruhe-resonanz.ch

Shiatsu Gesellschaft Schweiz

## Sanfter Druck gegen Beschwerden

**Der Alltag in unserer schnelllebigen Gesellschaft fordert seinen Tribut und führt immer häufiger zu wiederkehrenden körperlichen und seelischen Beschwerden. Oft gibt es für diese keine konkreten medizinischen Ursachen. Die ganzheitliche japanische Therapieform Shiatsu kann mit sanftem Fingerdruck Blockaden im Körper lösen und die Lebensenergie wieder zum Fließen bringen.**

Shiatsu stammt aus Japan und bedeutet so viel wie «Fingerdruck». Die Therapieform ist in der traditionellen fernöstlichen Philosophie und Gesundheitslehre verankert. Durch sanften Druck unterstützt sie bei körperlichen und seelischen Beschwerden, hilft zu entspannen und stärkt die Selbstregulierungskräfte. Heute ist Shiatsu eine anerkannte komplementärtherapeutische Behandlungsform, die auf Körper, Seele und Geist wirkt und den Menschen mithilfe eines ganzheitlichen Genesungsansatzes ins Zentrum stellt.

**Die innere Balance wiederfinden**  
«Shiatsu unterstützt den natürlichen Fluss unserer Lebensenergie», so Sabine Bannwart, Komplementärtherapeutin in der Methode Shiatsu und Präsidentin des Berufsverbandes Shiatsu Gesellschaft Schweiz SGS. Der Lehre nach strömt die Lebensenergie (Ki) durch den Körper. Kann das Ki frei fließen, bleibt der Mensch gesund. Staut sich hingegen die Energie oder

verteilt sich ungleich, entstehen Unausgeglichenheiten und es können gesundheitliche Probleme auftreten. Durch den Druck, den die Shiatsu-Therapeutin bzw. der -Therapeut unter anderem entlang der Meridiane ausübt, wird der Energiehaushalt wieder in die Balance gebracht.

**Vielfältige Anwendungsbereiche**  
Die eigentliche Shiatsu-Behandlung empfiehlt die Betroffenen als tief entspannende und gleichzeitig belebende Erfahrung. Sie liegen in bequemer Kleidung auf einer Matte am Boden. Mit leichtem Druck sowie durch Dehnungen und Rotationen wird die Lebensenergie (Ki) angeregt und in ihr natürliches Gleichgewicht gebracht. Spannungen und Blockaden lösen sich. Die Menschen können ihre eigene Wahrnehmung verbessern und zur Ruhe kommen.

**Ganzheitlich genesen**  
So ist meist ein bestimmtes Symptom der Grund, weshalb jemand die Unterstützung eines Shiatsu-Therapeuten oder einer -Therapeutin sucht. Die Komplementärtherapie behandelt aber nicht das Symptom selbst, sondern löst nachhaltige, gesundheitsfördernde Prozesse aus. Dieses prozessorientierte Arbeiten beruht auf der Interaktion zwischen der Therapeutin oder dem Therapeuten und den KlientInnen. Zu

Beginn einer Behandlung wird der Grund des Kommens geklärt und durch gezieltes Nachfragen ein gemeinsames Therapieziel erarbeitet. In dieser ersten Phase geht es auch darum, die Grenzen von Shiatsu zu erkennen und gegebenenfalls weiterführende Behandlungen zu empfehlen.

**Mit Shiatsu zur Ruhe kommen**  
Die eigentliche Shiatsu-Behandlung empfiehlt die Betroffenen als tief entspannende und gleichzeitig belebende Erfahrung. Sie liegen in bequemer Kleidung auf einer Matte am Boden. Mit leichtem Druck sowie durch Dehnungen und Rotationen wird die Lebensenergie (Ki) angeregt und in ihr natürliches Gleichgewicht gebracht. Spannungen und Blockaden lösen sich. Die Menschen können ihre eigene Wahrnehmung verbessern und zur Ruhe kommen.

**Ressourcen stärken – beschwerdefreier leben**  
Wer sich für eine komplementärtherapeutische Behandlung entscheidet, übernimmt eine aktive Rolle bei der Genesung und bleibt immer sein eigener Experte. Mit Hilfe des interaktiven Prozesses werden die Ressourcen eines Menschen gezielt gestärkt. Die Klientinnen und Klienten nehmen ihren Körper besser wahr und lernen einen bewussteren Umgang mit sich selbst. Ziel eines jeden komplementärtherapeutischen Therapieprozesses ist es, die Erfahrungen aus der Behandlung im Alltag zu integrieren.



Shiatsu unterstützt den natürlichen Fluss unserer Lebensenergie und hilft, die innere Balance wiederzufinden.

Shiatsu Gesellschaft Schweiz



Eine Shiatsu-Behandlung ist eine tief entspannende, gleichzeitig aber auch belebende Erfahrung.

Shiatsu Gesellschaft Schweiz

«Shiatsu kann Menschen über die verbesserte Körperwahrnehmung zu den eigenen Kraftquellen leiten. Viele körperliche und seelische Beschwerden können in einem Zusammenhang mit Stress und Belastung stehen. Shiatsu kann Menschen dabei unterstützen, ein beschwerdefreieres Leben zu führen. Dies bestätigt auch die kürzlich durchgeführte Studie von Claudia Leyh-Dexheimer welche zeigt, dass Shiatsu einen positiven Einfluss auf das Stressempfinden hat und deshalb das Potential, in interdisziplinäre Gesundheitskonzepte aufgenommen zu werden. Das freut uns ausserordentlich», sagt Sabine Bannwart.

**Shiatsu ist anerkannt**  
Shiatsu ist eine von 17 anerkannten Methoden der Komplementärtherapie Oda KT. Seit September 2015 haben angehende Komplementärtherapeutinnen und -Therapeuten der Methode Shiatsu die Möglichkeit zu einem eidgenössisch anerkannten Abschluss. Shiatsu ergänzt die Schul- und Alternativmedizin und wird von Zusatzversicherungen übernommen.

Auf der Website der Shiatsu Gesellschaft Schweiz findet sich ein **Mitgliederverzeichnis aller dem Verband angeschlossenen Shiatsu-Therapeutinnen und -Therapeuten**.  
www.shiatsuverband.ch

**Die Shiatsu Gesellschaft Schweiz**  
Die Shiatsu Gesellschaft Schweiz mit Geschäftsstelle in Wettingen wirkt als Berufsverband für professionell praktizierende Therapeutinnen und Therapeuten der Methode Shiatsu. Die SGS wurde 1990 als politisch und konfessionell neutraler Verein gegründet. Sie arbeitet gemäss ihrem Leitbild und zählt rund 1'000 Aktivmitglieder. Die Shiatsu Gesellschaft Schweiz ist Mitglied der Organisation der Arbeitswelt Komplementärtherapie (Oda KT) und ist auf internationaler Ebene mit dem International Shiatsu Network (ISN) vernetzt.



Shiatsu kann dabei unterstützen, Stress zu vermindern und seelische Beschwerden aufzulösen.

Shiatsu Gesellschaft Schweiz

**Willkommen im Kenkodojo.**  
Hier sorgst Du für Deine Gesundheit.

Ich unterstütze Dich mit  
**Shiatsu**  
**Osteobalance**  
**und Sotaiho**

www.kenkodojo.ch  
+41 43 505 11 40  
General-Guisan-Str. 11  
8404 Winterthur

**Essential 5**  
Das Wesentliche erleben.

**Verena Bauer**  
Dipl. Shiatsu Therapeutin SGS  
Aroma-Masseurin, KK anerkannt  
Ausbilderin, Ernährungs-Coach  
Zen Meditation, Seminare

Praxis: 8484 Weisslingen (D, E, F)  
www.essential5.ch, Tel. 079 795 02 46

Entspannung - Lebensfreude - Gesundheit

**shiatsuka**  
sabina graf  
dipl. shiatsu-therapeutin sgs

shiatsuka.ch  
shiatsu systemische aufstellungsarbeiten zazen

**SHIATSU**

**PRAXIS FÜR KÖRPERARBEIT @ BEAUTY STYLE**  
Angela Tonoli  
Komplementärtherapeutin mit eidg. Diplom  
Alte Tössstalstrasse 34  
8487 Rämismühle  
+41 (0)52 525 12 53  
www.shiatsu-begleitet.ch

**SILVIA DIETH**  
Dipl. Shiatsu-Therapeutin  
Komplementärpraxis Winterthur  
Rudolfstrasse 9  
8400 Winterthur  
Praxis Hinterdorfstrasse 25  
8412 Hünikon  
079 646 86 53  
info@shiatsu-winterthur.ch  
www.shiatsu-winterthur.ch

**Waldvogel Shiatsu**

- Behandlung von Kopf-, Nacken- & Rückenschmerzen
- Rheuma-Probleme
- regt Selbstheilung an & Stärkt die Lebenskraft
- schenkt Ruhe & Ausgeglichenheit
- Krankenkassen anerkannt

Yvette Waldvogel-Baumli  
Eidg. Dipl. Komplementärtherapeutin  
Methode Shiatsu  
Krankenpflegein FASRK

Telefon 079 322 53 61  
www.waldvogel-shiatsu.ch

**«RAUM FÜR GESUNDHEIT, ENTSPANNUNG & LEBENSENERGIE»**  
Brigitte Lamprecht

**«BERÜHRUNG FÜR DEIN WOHLBEFINDEN»**  
Sandy Gsell

**Shiatsu PUNKTGENAU**

**SHIATSU FÜR DICH**  
Sandy Gsell  
Dipl. Shiatsu Therapeutin SGS  
Komplementärtherapeutin Oda KT  
052 202 26 28  
www.shiatsu-fuer-dich.ch

**SHIATSU – im Haus zum – CITRONENBAUM**  
Brigitte Lamprecht  
Dipl. Shiatsu Therapeutin SGS  
Komplementärtherapeutin Oda KT  
079 746 45 83  
www.shiatsu-punktgenau.ch

**SHIATSU PUNKTGENAU**  
Brigitte Lamprecht  
Dipl. Shiatsu Therapeutin SGS  
Komplementärtherapeutin Oda KT  
079 746 45 83  
www.shiatsu-punktgenau.ch

**INFOABEND**  
Di, 18. Sept.

**Geh deinen Weg.**  
Als Shiatsu-Therapeutin mit eidg. Diplom helfen Sie kompetent und persönlich und Sie arbeiten selbstbestimmt – in einem Beruf mit Sinn und Zukunft. Start z.B. mit Shiatsu Basis (vier Dienstage ab 23. Oktober, je 15:00 - 21:15), Details:  
**www.heilpraktikerschule.ch**  
Heilpraktikerschule Luzern | Tel +41 (0)41 418 20 10 | info@heilpraktikerschule.ch

HPS LUZERN

**Shiatsu Cocoon**  
Begleitung von der Raupe bis zum Schmetterling

**www.judithzimmermann.ch**

**Shiatsu Praxis**  
Christine Traversa  
Dipl. Shiatsu-Therapeutin  
Steiggasse 4  
8400 Winterthur

Telefon 078 615 80 56  
christine.traversa@gmx.net  
www.shiatsu-traversa.ch