



**G S D**

Gesellschaft für Shiatsu  
in Deutschland

Workshop Nr. 4 | Astrid Kind de Mercedes

## **„Tausche Futon gegen Liege“**

Meine Gründe auf die Liege zu wechseln waren u.a. das Alter der Klient\*innen, der entspannte Nacken in Bauchlage und meine eigenen Knie.

Daraus entwickelte sich meine Begeisterung für diese Art der Behandlung und ich fühle mich an der Liege sehr „zu Hause“.

Mit dem heutigen Kurz-Seminar möchte ich meine Erfahrungen mit Euch teilen und euren eigenen Behandlungs-Stil an der Liege mit Tipps und Tricks begleiten und erweitern.

Wir üben die Bewegung mit und aus dem Hara im Stehen; achten auf mögliche Fehlhaltungen, die den eigenen Körper beeinträchtigen und probieren außergewöhnliche Positionen für ein breiteres Behandlungsspektrum. Besonders am Herzen liegt mir, Euch ruhige und haltende Aspekte z.B. aus der Cranio-Sakral Arbeit zu zeigen.

Shiatsu auf der Liege ist mehr als eine Alternative, es ist ein Genuss!