



**G S D**

Gesellschaft für Shiatsu  
in Deutschland

Workshop Nr. 2 | Markus Miersbe

## **„Die Faszien-Herzhülle über das Hara ausgleichen“**

Inhalt des Workshops:

- Bedeutung der Faszien im Shiatsu und Vorstellung des Shifayo-Behandlungskonzepts (Synthese aus Shiatsu, Faszien-Techniken und Yoga; [www.freie-faszien.com](http://www.freie-faszien.com))
- Übereinstimmungen zwischen aktuellem Faszien-Wissen und der TCM
- Übungen aus dem Faszien-Yoga und Bewegungstraining nach Robert Schleip
- Körperstatik und Faszien
- Demonstration der Shifayo-Methode an Hara, Herzhülle und Arm-innenseite
- Gegenseitiges Behandeln: Ausgleichen der Herzhülle als Organ