

Workshop Shiatsu in Landquart

**Kurzvorträge, Anleitungen, praktische Übungen, süsser Zvieri
Dienstag, 19. August 2025**



**Workshop
Landquart
Dienstag, 19. Aug. 2025**

Reservation und Info auf
beratung.ragaz@rheumaliga.ch
und Tel. 081 511 50 03

«Wie können Sie mit Shiatsu-Übungen Bewegungen ausführen, um Blockaden zu lösen, Gelenke zu mobilisieren und die Sehnen und Muskulatur zu dehnen?»

Im Workshop von Marion Bernardini erfahren Sie mehr über die Wirkungsweise der ganzheitlichen Körpertherapie, Shiatsu und die Grundlagen dieser Therapieform. Während des Workshops können Sie einzelne Übungen sitzend, stehend und liegend ausprobieren und erfahren. Sie werden gemäss Ihren Möglichkeiten behutsam angeleitet.

Referentin Marion Bernardini ist dipl. Zen Shiatsu Therapeutin mit eigener Praxis in Landquart und ASCA-, EMR- und EKG-Krankenkassen anerkannt. Mehr dazu auf www.shiatsu-erleben.ch

Programm ab 14.00 Uhr Begrüssung durch die Leiterin Beratungsstelle Bad Ragaz
ca. 14.10 Uhr Workshop Teil 1 durch Marion Bernardini, dipl. Zen Shiatsu Therapeutin
ca. 15.00 Uhr Pause, Kaffee, Tee & Kuchen
ab 15.45 Uhr Workshop Teil 2 durch Marion Bernardini, dipl. Zen Shiatsu Therapeutin
Der Anlass endet um ca. 16.30 Uhr

Ort Praxis «Shiatsu-erleben», Marion Bernardini, Schulstrasse 76 in Landquart

Kosten pauschal p. P.: Mitglieder Fr. 30.-, Nichtmitglieder Fr. 35.-
Durchführung ab 5 bis max. 12 Personen.

Anmeldung bis 12. Aug. 2025 bei Marion Bardini, marion@shiatsu-erleben.ch oder bei der regionalen Rheumaliga, Mail beratung.ragaz@rheumaliga.ch oder Tel. 081 511 50 03

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung!


MARION BERNARDINI

Rheumaliga SG, GR, AI/AR und Fürstentum Liechtenstein
Beratungsstelle, Frau A. Schmider, Bahnhofstr. 15, 7310 Bad Ragaz
Weitere Auskünfte: Tel. 081 511 50 03,
beratung.ragaz@rheumaliga.ch und www.rheumaliga.ch/sgfl


**Rheumaliga
SG, GR, AI/AR und
Fürstentum Liechtenstein**
Bewusst bewegt