



## Die Wirkung von Shiatsu

### Prävention:

- Unterstützung zur Erhaltung der Harmonie und des Gleichgewichts von Körper, Geist und Seele
- Tiefenentspannung
- anregende Aktivierung
- Stärkung der Abwehrkraft bei regelmäßiger Anwendung

### Linderung bei Befindlichkeitsstörungen:

- Beschwerden des Bewegungsapparates wie Rückenschmerzen oder Verspannungen
- Müdigkeit, Erschöpfung, Schlafprobleme, Stress
- Migräne, Kopfschmerzen
- depressive Verstimmung
- Verdauungsprobleme
- Menstruationsbeschwerden, Wechselbeschwerden, Begleitung in der Schwangerschaft
- oder einfach, um sich selbst eine „Auszeit“ zu gönnen

### Rehabilitation

- Unterstützung der Heilung nach Unfällen oder Krankheiten

Unterstützung bei Veränderungs- bzw. Umstellungsprozessen oder Umbruchsphasen körperlicher wie seelischer Natur.

Shiatsu ist eine eigenständige, in sich geschlossene Form der ganzheitlichen, manuellen Körperarbeit und hat seinen Ursprung in den fernöstlichen Gesundheitslehren (TCM). Übersetzt bedeutet Shiatsu „Fingerdruck“- Druck im Sinne von aufmerksamer, achtsamer Berührung, die mit Fingerspitzen oder Handballen ausgeübt wird. Die Intensität der Berührung wird den Bedürfnissen der KlientInnen angepasst.

Das Ziel einer Shiatsu-Behandlung ist eine energetische Stärkung, aber auch eine Harmonisierung der feinstofflichen Lebensenergie Qi, damit Qi wieder frei und leicht in den Meridianen fließen kann. So werden Selbstheilungskräfte aktiviert und das Wohlbefinden gesteigert, denn blockiertes, gestautes oder fehlendes Qi bedeutet immer früher oder später schmerzhaftes Beschwerden bzw. Krankheit.

Im Mittelpunkt der Shiatsu-Behandlung, welche auf einer Matte am Boden bekleidet stattfindet, steht immer der Mensch, der als Ganzheit auf allen vier Ebenen des Seins gesehen wird – auf der körperlichen, emotionalen, mentalen und spirituellen Ebene. Die Möglichkeiten reichen von einer Behandlung der Struktur - Knochen und Gelenke - über Sehnen, Muskeln, Faszien, Meridianen bis hin zur Harmonisierung der Chakren. Bei jeder Shiatsu-Behandlung wird intensiv auf die Bedürfnisse des Klienten eingegangen.

Das größte Potenzial von Shiatsu liegt in der Prävention, der Aktivierung der Selbstheilungskräfte des Organismus und einer Steigerung des körperlichen Wohlbefindens.



Karin Schöpf  
Stegluss 2  
6402 Hatting

Karin ☎ +43 664 6118218  
Hansjörg ☎ +43 664 4243331  
✉: [office@shiatsuquelle.at](mailto:office@shiatsuquelle.at)  
[www.shiatsuquelle.at](http://www.shiatsuquelle.at)

Behandlungen auch in der  
Privatklinik Hochrum

### Shiatsu-Studie

Eine groß angelegte Dreiländer-Studie (Österreich, Spanien, Großbritannien) der „European Shiatsu Federation“ ergab, dass Shiatsu von den KlientInnen als energetisierend, ausgleichend und lösend empfunden wurde. Langfristig zeigte sich, dass Shiatsu Stress, Verspannungen, Haltungsbeschwerden und Rückenprobleme deutlich lindert. Es hilft, Vertrauen in den eigenen Körper und ein besseres Gespür für die eigenen Bedürfnisse zu entwickeln. Daraus erwächst vermehrtes Körperbewusstsein und die Bereitschaft, eigenverantwortlich mit sich selbst und seiner Gesundheit umzugehen.  
Quelle: ÖDS



## Wer sind wir?

Wir, Karin und Hansjörg Schöpf, sind seit 1987 glücklich verheiratet und haben 2 erwachsene Töchter.

Wir waren über Jahre in der Privatwirtschaft beruflich tätig und 2008 begann unser gemeinsamer Weg mit **Qigong**, den wir 2014 mit dem Diplom zum Qigong-Lehrer der Österreichischen Qigong Gesellschaft (ÖQGG) absolviert haben.

Im selben Jahr begannen wir - wieder gemeinsam - die Ausbildung zum **Shiatsu-Praktiker** bei der Internationalen **Shiatsu-Schule Österreich (ISSÖ)**. Nach 3-jähriger Ausbildung konnten wir unser Diplom in Händen halten und **Shiatsu** beruflich ausüben.

Durch eine Anstellung als **Shiatsu-Praktiker** bei einem TCM-Arzt seit 2017 konnten wir intensive **Shiatsu-Erfahrung** sammeln. Weitere Spezialseminare und Ausbildungsreihen vertieften unsere Kenntnisse und Anwendungsmöglichkeiten im **Shiatsu**.

2018 haben wir unsere Praxis



in Hatting als selbständige **Shiatsu-Praktiker** eröffnet und ab Jänner 2021 bieten wir **Shiatsu** nun auch in der Privatklinik Hochrum an.



## Gemeinsame Ausbildungen :

- 2010-2014 Qigonglehrer Ausbildung
- 2014-2017 Ausbildung zum Dipl. Shiatsu-Praktiker**
- 2016-2019 Diplom "Faszien und Gewebeintelligenz"
- Jan 2017 Shiatsu Fokus Becken
- Feb 2017 Shiatsu Fokus Wirbelsäule
- Okt 2017 Chakren im Shiatsu
- Jan 2018 Narbenentstörung im Shiatsu
- Jun 2018 Shiatsu Fokus Schulter
- Nov 2018 Shiatsu für Kinder
- Feb 2019 Shiatsu Fokus Knie
- Sep 2019 Shiatsu bei Kopfschmerzen
- Mar 2020 Kinesiologie für Shiatsu
- Sep 2020 Muskel-Energie-Technik MET im Shiatsu
- Okt 2020 Shiatsu und Bandscheibenvorfall
  
- Jul 2020 Schmerztherapie nach Liebscher&Bracht
  
- Nov 2019 Vis. Craniosacralarbeit nach Hugh Milne I
- Jul 2020 Vis. Craniosacralarbeit nach Hugh Milne II