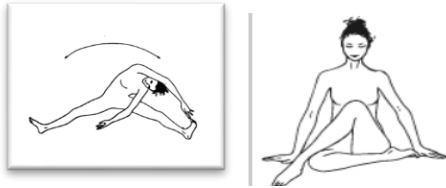


# Shiatsu Übungen

## Halte dich fit und beweglich!

### Bleib gesund!



**Renate Heim**  
Diplomierte  
Shiatsu-Praktikerin  
Shiatsu Übungsleiterin



Praxisadresse:  
Glückshaus, Markt 51/DG 2  
3345 Göstling/Ybbs  
0680 215 06 59  
[heim.shiatsu@gmail.com](mailto:heim.shiatsu@gmail.com)  
[www.heim-shiatsu.com](http://www.heim-shiatsu.com)

Übungen mit großer Wirkung für den gesamten Organismus,  
besonders wirkungsvoll für Wirbelsäule und Nervensystem.  
Entspannen - Dehnen - Kräftigen

- **Dienstags online** von 19:00-20:00 Uhr
- **Mittwochs im Gemeindehaus** von 19:00-20:30 Uhr

Ein Einstieg ist jederzeit möglich!

Keine Vorkenntnisse und kein bestimmtes Fitnesslevel sind notwendig.

Eine Matte und eine Decke bitte mitbringen!

- **Shiatsu Körpertherapie - Einzelbehandlung**

In meinem Praxisraum in Göstling/Ybbs, **GLÜCKSHAUS**, Markt 51

Bitte melde Dich telefonisch oder per e-mail für einen Termin!

Preise und Details zu den einzelnen Programmen findest du unter [www.heim-shiatsu.com](http://www.heim-shiatsu.com)