
Mittwoch, 9. und 16. April 2025

17.00 – 20.00 Uhr

Stadtbücherei (Vereinsraum), Trinkbrunnenstraße 10,
63322 Rödermark-Ober-Roden

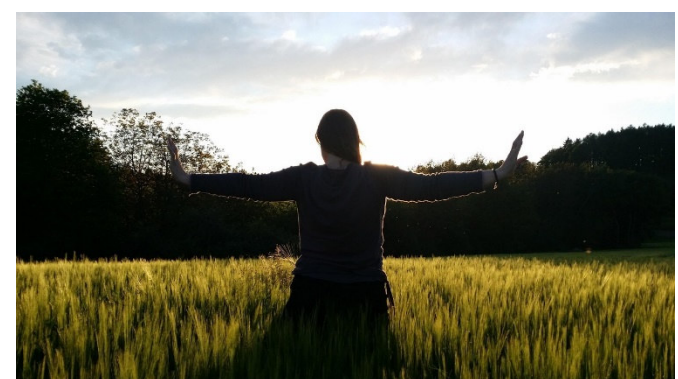


STADT
RÖDERMARK
Gemeinsam eins

Su-Jok - Koreanische Hand- und Ohrakupressur bei Kopf- und Rückenschmerzen

Su (Hand) Jok (Fuß) wurde von dem südkoreanischen Wissenschaftler Prof. Dr. Park Jae Woo entwickelt. Dabei handelt es sich um eine Akupressur-Methode, bei der bestimmte Reflexzonen des Meridiansystems am Ohr, an der Hand sowie am Fuß stimuliert werden. Im Kurs wird die Methode intensiv geübt, so dass sie am eigenen Körper angewandt werden kann. Sie erhalten einen Überblick über die wichtigsten Akupressur-Punkte, die bei Kopf-, Rücken-, und Gelenkschmerzen von Bedeutung sind. Begleitend dazu werden im Kurs zur Entspannung Übungen aus dem Qi-Gong/Yoga praktiziert.

Bitte mitbringen: Schreibmaterial, bequeme Kleidung und ein kleines Kissen mit Handtuch für den Schoß.



Kursleitung

Margaret Pauline Finnerty,
Heilpraktikerin

Kosten

43 Euro für 2 Termine (sowie 25 Euro für Kursmaterial in bar an die Kursleitung zahlen)

Anmeldung

bei der vhs (Kurs-Nr. R030315)
vhs@kreis-offenbach.de
Tel. 06103 3131-1313

roedermark.de