

# BODY-ZEN: TIME OUT statt BURN OUT

Entspannungskurs • Integrative Körperarbeit • AchtsamkeitsTraining:  
Anstrengungsfreie Entfaltung für eine Balance zwischen Aktivität und  
Ruhe, geführt vom eigenen Atemrhythmus, im Zusammenspiel mit  
Körperbewegung und spürender Achtsamkeit. 20€ pro Termin à 90 min.  
Krankenkassenbezuschussung ist möglich.

## BodyZEN am Vormittag

**Dienstags 10:15-11:45 h 08.10.-17.12.2013 (11 Termine)**  
im Yoga Atelier Frankfurt, Leipziger Str.37 (Hinterhaus), Ffm-Bockenheim

## Meditation, Atem-Achtsamkeit, Weisheitslehre

**Mittwochs 19:30-21:00 h 09.-23.10.2013 (3 Termine)**  
im Dogen Zendo, Galgenstraße 18, Frankfurt-Bonames

## BodyZEN am Abend

**Mittwochs 19:30-21:00 h 13.11.-18.12.13 + 15.01.-12.02.14**  
**insgesamt 11 Termine** (Weihnachtsferienpause 19.12.13 - 14.01.14)  
im Dogen Zendo, Galgenstraße 18, Frankfurt-Bonames

**Info + Anmeldung:**

**Tel. 06171 – 58 63 91**

**mail: [gabriele@shiatsu-engelke.de](mailto:gabriele@shiatsu-engelke.de)**

**[www.shiatsu-engelke.de](http://www.shiatsu-engelke.de)**

**SHIATSU & Entspannungs-Praxis**

**SHIATSU**

**BODY-ZEN**



### **Gabriele Engelke**

Shiatsu-Praktikerin GSD  
Zen-Teacher  
Entspannungs-Trainerin LSB  
Übungsleiterin Sport-Uni Ffm

Einzelbehandlungen  
nach Terminvereinbarung  
61449 Steinbach/Ts.  
Stettiner Straße 33

Kurse, Workshops  
Ffm-Bockenheim  
Ffm-Bonames  
Oberursel-Weißkirchen