

Dina Ruosch - Dorfstrasse 23 - 8457 Humlikon  
+41 (0)78 708 28 74 - dina@ruosch.net

*frei sein - sich sein - lebendig sein*



---

## Corporate Design

### Dina Ruosch, ganzheitliche Körperarbeit

- Briefpapier
- Visitenkarte
- Wickelfalz-Flyer

Ausarbeiten und gestalten Logo mit Slogan, Portrait-Fotografie

---



Shén Dào – ganzheitliche Körperarbeit durch



Meridian-Massagen

Faszienbehandlungen

Kraft- und Atemübungen

Kräuter- und Ernährungsempfehlungen



*Entfaltung für Körper und Seele*

## Shén Dào ganzheitliche Körperarbeit

Shén Dào ist eine Methode ganzheitlicher Körperarbeit, welche von Achim Eckert als Synthese von struktureller Körperarbeit an den Faszien mit dem chinesischen Meridiansystem und den therapeutischen Möglichkeiten der Charakteranalyse und Atemarbeit entwickelt wurde.

Unter ganzheitlich versteht man, dass Shén Dào an der Veränderung der körperlichen, seelischen und geistigen Haltung arbeitet. In einer Serie von 11 Behandlungen an den Faszien, werden alte und erstarrte Strukturen systematisch durchgearbeitet und aufgelöst. Die körperlichen Veränderungen bilden die Grundlage für eine Entspannung der Gefühlswelt und Klärung des Geistes. Da in chronischen Verspannungen und körperlichen sowie emotionalen Blockaden viel Energie gebunden ist, nimmt die Antriebskraft und Dynamik einer Person im Verlauf eines solchen Prozesses meist deutlich zu.

Weil mehr Energie zur Verfügung steht, können Projekte und Ziele in Angriff genommen und Wünsche verwirklicht werden, von denen man vorher nur träumen konnte, für die einem aber die Kraft fehlte.



Ich bin in  
Zürich geboren.

Nach meiner ersten Ausbildung zur Pflegefachfrau Schwerpunkt Kind, bin ich viele Jahre durch Südamerika gereist. Dabei habe ich Monate im Amazonas verbracht und dort von den Schamanen über die Anwendung der Heilkraft der Pflanzen zusammen mit Heilgesängen (Icaros) gelernt. Ihre ursprüngliche Lehre ist, dass Krankheiten durch seelische und emotionale Blockaden entstehen. Wieder zurück in der Schweiz startete ich ein Studium zur Heilpraktikerin TCM. Nach 2 Jahren wechselte ich den Schwerpunkt und absolvierte die Shén Dào Ausbildung nach Achim Eckert, welche eine Synthese von Rolfing, chinesischer Medizin und Bioenergetik ist.

Das Wissen aus dem Amazonas, verbunden mit Shén Dào ergibt einen kraftvollen Weg, um Körper, Seele und Geist als Einheit zu erleben und zu grösserer Klarheit im Denken, Fühlen und Handeln zu gelangen.

## Shén Dào ganzheitliche Körperarbeit

Shén Dào ist eine Methode ganzheitlicher Körperarbeit, welche von Achim Eckert als Synthese von struktureller Körperarbeit an den Faszien mit dem chinesischen Meridiansystem und den therapeutischen Möglichkeiten der Charakteranalyse und Atemarbeit entwickelt wurde.

Unter ganzheitlich versteht man, dass Shén Dào an der Veränderung der körperlichen, seelischen und geistigen Haltung arbeitet. In einer Serie von 11 Behandlungen an den Faszien, werden alte und erstarrte Strukturen systematisch durchgearbeitet und aufgelöst. Die körperlichen Veränderungen bilden die Grundlage für eine Entspannung der Gefühlswelt und Klärung des Geistes. Da in chronischen Verspannungen und körperlichen sowie emotionalen Blockaden viel Energie gebunden ist, nimmt die Antriebskraft und Dynamik einer Person im Verlauf eines solchen Prozesses meist deutlich zu.

Weil mehr Energie zur Verfügung steht, können Projekte und Ziele in Angriff genommen und Wünsche verwirklicht werden, von denen man vorher nur träumen konnte, für die einem aber die Kraft fehlte.

## Meridian-Massage

Unter Meridianmassage versteht man eine Massagetechnik, die den Fluss der Lebensenergie Qi in den Meridianen anregt und fördert und den Energiefluss in den Meridianabschnitten wiederherstellt, in welchen er durch Verspannungen und Verhärtungen des Bindegewebes und der Muskelfaszien vermindert, blockiert oder ganz unterbrochen ist.

## Tonpunktur

Durch Klangschwingungen von Stimmgabeln wird, wie bei der Akupressur, auf das Energiesystem des Organismus eingewirkt, und so Vitalität und Gesundheit gefördert.



## Power Qi

Power Qi ist Krafttraining und Atemübungen mit Gewichten. Dabei werden in den zwei Pausen zwischen den drei Sätzen eines Krafttrainings Übungen für die Meridiane durchgeführt. Diese Übungen regen den Qi-Fluss in dem Muskel an. Der Muskel bleibt geschmeidig und die verbesserte Energieversorgung unterstützt den Muskelaufbau.



## Schamanisches Arbeiten

Auf Wunsch integriere ich schamanisches Arbeiten mit in die Behandlungen. Dies ist einerseits die Arbeit mit Icaros (Heilgesängen), energetische Reinigungen wie auch die Einnahme (meist Tee) einer Pflanze, welche sorgfältig auf Deine Bedürfnisse angepasst und ausgewählt wird.

Dina Ruosch  
Dorfstrasse 23  
8457 Humlikon  
+41 (0)78 708 28 74  
dina@heilendestao.ch  
www.heilendestao.ch

Ich freue mich auf ein unver-  
bindliches Kennenlernen.

© 2022 – Dina Ruosch

Foto und Gestaltung: Christian Weidmann – [www.avw.ch](http://www.avw.ch)