

OPEL
Opel-Autohaus
 Neu-, Gebraucht- u. Jahreswagen
 Reparatur aller Fahrzeuge
 24-Stunden-Abschleppdienst
 Mietwagen · 24-Stunden-Tankstelle

Service-Center Würzauer Berg
Autohaus Schröder
 96110 Scheßlitz Tel. 0 95 42 / 94 20 10

Angebote v. 2. - 6. 11. 04

Sovitalbrot
 750 gr. nur **2,20 €**

Stollenbrötchen
 Stck. **0,75 €**

ab sofort frische
 Eisenlebkuchen!

Shland
 BÄCKEREI
 KONDITOREI

Hauptstr. 30 · 96117 Memmelsdorf · Tel. 0951-41150

Aquatische Körperarbeit „WATSU“ erleben

Demnächst in Weichendorf

WATSU®, entspringt dem klassischen Zen-Shiatsu, der meditativen Form der 500 Jahre alten japanischen Fingerdruckmassage. Diese Anwendung in der Schwerelosigkeit körperwarmen Wasser aus zu führen und zusätzlich dessen wohltuende Kräfte zu nutzen, das war die Idee des Amerikaners Harold Dull, der Anfang der 80er Jahre im kalifornischen Harbin Hot Springs diese revolutionäre

Form der sanften Aquatischen Körperarbeit entwickelte. Unbeachtet von der Öffentlichkeit war einer seiner ersten Europa-Aufenthalte vor mehr als 15 Jahren in einem kleinen Privatpool in Weichendorf bei Bamberg, wo er WATSU® deutschen Interessierten vorstellte. Zur Heilkraft des Wassers und der Shiatsu-Anwendung kommt hinzu der wohltuende Effekt von physischer Nähe und Ge-

borgenheit, der den Menschen ganzheitlich positiv beeinflusst. Körper, Geist und Seele in ihrer Einheit werden somit berührt. Ein verbessertes Körperbewusstsein ist die natürliche Folge.

WATSU jetzt auch in Weichendorf

Seit September gibt es den ersten WATSU®-Praktizierenden im Raum Bamberg. Nach zweijähriger Ausbildung beim Institut für Aquatische Körperarbeit Freiburg möchte Harald Wagner die wohltuenden Möglichkeiten dieser An-

wendung auch den Bambergern näher bringen. Was in der Kissalis-Therme Bad Kissingen bereits zum Angebot gehört, soll auch demnächst hier seinen Platz finden. Ein erstes Seminar zum Eintauchen in die Kunst des WATSU® wird im November in Weichendorf stattfinden, wo vor mehr als zehn Jahren in den Anfängen des WATSU®, die ersten Praktizierenden sich austauschten. Weitere Informationen bei Harald Wagner unter Telefon 0951/2999510 und im Internet unter www.iaka.de sowie www.watsu.de.

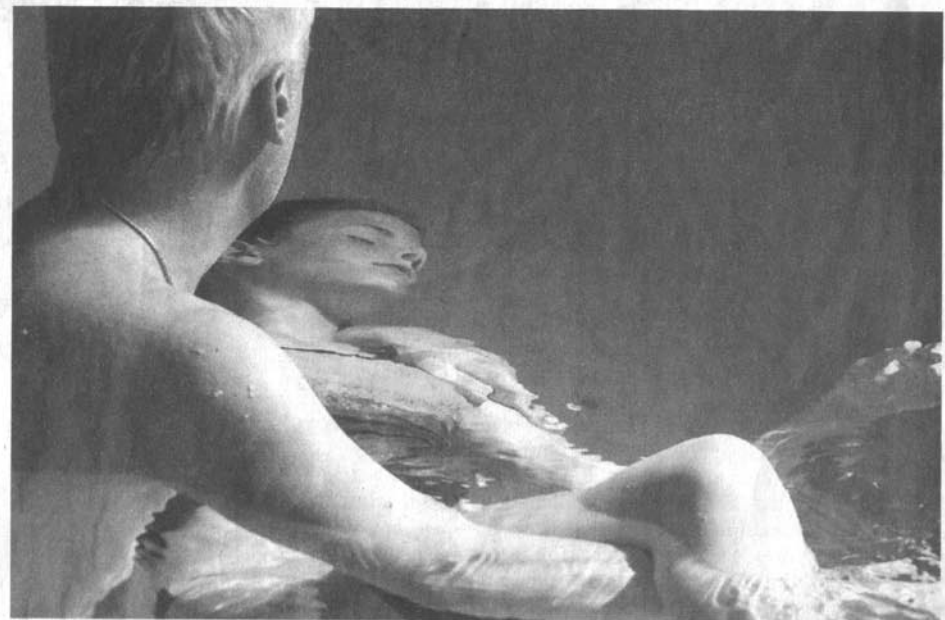
Veranstaltungskalender Litzendorf

Auch heuer sollen die Veranstaltungen der Litzendorfer Vereine und Verbände für das Jahr 2005 in einem Kalender zusammengefasst werden. Dies erfordert jedoch die Mithilfe der Veranstalter, die ihre nicht nur Mitgliedern zugänglichen Veranstaltungen für das Jahr 2005 melden können, so der Erste Bürgermeister Wolfgang Möhrlein. Um auch künftig Terminüberschneidungen möglichst zu vermeiden, wird um recht zahlreiche Beteiligung und Meldung der Termine an Günther Ulrich unter Telefon 09505/944020 oder via Email ulrich@litzendorf.de bis spätestens 01.12.2004 gebeten.



WATSU soll die wohltuenden Kräfte des Wassers nutzen.

Fotos: privat



Physiopsychologe Harald Wagner bietet WATSU in liebevoller Atmosphäre von Geborgenheit.

Brauerei-Gaststätte

LEICHT

Hauptstraße 27
 96117 Memmelsdorf
 Telefon 09 51 / 4 39 10

Jeden Tag altfränkisches Gericht:

z.B. Saures Herz, Linsen m. Spatzen,
 Kartoffelgemüse usw. ab **3,50 €**
 Bräaten mit Gemüse u. Kloß ab **5,- €**

Für Ihre Feiern stehen Ihnen unsere
 Räumlichkeiten zur Verfügung!

Auf Ihren Besuch freut sich Fam. Winkler