

1	Inhaltsverzeichnis
4	Geschichte der Vitalpunkte
6	Fünf-Elemente-Lehre
7	Nutzung in den Kampfkünsten
8	Mythen und Legenden
9	Waffen
12	Wirkung
14	Tabellarische Übersicht
15	Erläuterungen
17	Leitbahn Lunge
18	Leitbahn Lunge - Punkt Lunge 01
20	Leitbahn Lunge - Punkt Lunge 05
22	Leitbahn Lunge - Punkt Lunge 08
24	Leitbahn Lunge - Punkt Lunge 09
26	Leitbahn Lunge - Punkt Lunge 10
28	Leitbahn Lunge Anwendungen
30	Leitbahn Lunge Notizen
31	Leitbahn Dickdarm
32	Leitbahn Dickdarm - Punkt Dickdarm 04
34	Leitbahn Dickdarm - Punkt Dickdarm 05
36	Leitbahn Dickdarm - Punkt Dickdarm 10
38	Leitbahn Dickdarm - Punkt Dickdarm 13
40	Leitbahn Dickdarm - Punkt Dickdarm 17
42	Leitbahn Dickdarm - Punkt Dickdarm 18
44	Leitbahn Dickdarm - Punkt Dickdarm 20
46	Leitbahn Dickdarm Anwendungen
50	Leitbahn Dickdarm Notizen
51	Leitbahn Magen
52	Leitbahn Magen - Punkt Magen 02
54	Leitbahn Magen - Punkt Magen 03
56	Leitbahn Magen - Punkt Magen 05
58	Leitbahn Magen - Punkt Magen 06
60	Leitbahn Magen - Punkt Magen 07
62	Leitbahn Magen - Punkt Magen 09
64	Leitbahn Magen - Punkt Magen 11
66	Leitbahn Magen - Punkt Magen 12
68	Leitbahn Magen - Punkt Magen 15
70	Leitbahn Magen - Punkt Magen 18
72	Leitbahn Magen - Punkt Magen 25
74	Leitbahn Magen - Punkt Magen 34

76	Leitbahn Magen - Punkt Magen 36
78	Leitbahn Magen Anwendungen
82	Leitbahn Magen Notizen
83	Leitbahn Milz
84	Leitbahn Milz - Punkt Milz 06
86	Leitbahn Milz - Punkt Milz 09
88	Leitbahn Milz - Punkt Milz 10
90	Leitbahn Milz - Punkt Milz 11
92	Leitbahn Milz - Punkt Milz 17
94	Leitbahn Milz - Punkt Milz 21
96	Leitbahn Milz Anwendungen
100	Leitbahn Milz Notizen
101	Leitbahn Herz
102	Leitbahn Herz - Punkt Herz 01
104	Leitbahn Herz - Punkt Herz 02
106	Leitbahn Herz - Punkt Herz 03
108	Leitbahn Herz - Punkt Herz 04.05.06
110	Leitbahn Herz - Punkt Herz 07
112	Leitbahn Herz - Punkt Herz 08
114	Leitbahn Herz Anwendungen
116	Leitbahn Herz Notizen
117	Leitbahn Dünndarm
118	Leitbahn Dünndarm - Punkt Dünndarm 06
120	Leitbahn Dünndarm - Punkt Dünndarm 16
122	Leitbahn Dünndarm - Punkt Dünndarm 17
124	Leitbahn Dünndarm - Punkt Dünndarm 18
126	Leitbahn Dünndarm - Punkt Dünndarm 19
128	Leitbahn Dünndarm Anwendungen
132	Leitbahn Dünndarm Notizen
133	Übersicht Aktivierungsarten
135	Prinzipien
138	Kuatsu
139	Kuatsu - Kopfschmerz+
140	Kuatsu - Krampf Zwerchfell
141	Kuatsu - Knockout
143	Kuatsu - Notizen
144	Medizinische Termine
146	Literaturhinweise

Schlusswort