



## WINTER 24/25 Kurse & Workshops

gültig vom 16. September 2024 bis 16. Februar 2025

Energie-In-Bewegung Volksgartenstraße 17, 4600 Wels

info@energie-in-bewegung.at // Tel: 0650-5801060 (Doris Speigner)

gültig: 16. September 2024 bis 16. Februar 2025 // Kurse finden ab 4 Personen statt

MONTAG		DIENSTAG	
11:20 bis 12:00	<b>ATEM-Arbeit (Breathwork)</b> 13.01.25 - 10.02.25 (8x) ...€ 60,-	17:15 bis 18:30	<b>YIN Yoga</b> (Dehnung & Mobilisation) 17.09.24 - 26.11.24 (9x) ...€ 160,- 03.12.24 - 11.02.25 (9x) ...€ 160,-
17:15 bis 18:30	<b>Yoga Mix</b> 16.09.24 - 25.11.24 (9x) ...€ 160,- 02.12.24 - 10.02.25 (8x) ...€ 142,-	18:45 bis 19:55	<b>Qigong</b> (zur Stärkung der Lebensenergie) 17.09.24 - 26.11.24 (9x) ...€ 160,- 03.12.24 - 11.02.25 (9x) ...€ 160,-
K U R S E			
MITTWOCH		DONNERSTAG	
18:35 bis 19:50	<b>Yoga für den Rücken</b> 18.09.24 - 27.11.24 (9x) ...€ 160,- 04.12.24 - 12.02.25 (9x) ...€ 160,-	18:45 bis 20:00	<b>Yoga &amp; Pilates</b> 19.09.24 - 28.11.24 (9x) ...€ 160,- 05.12.24 - 13.02.25 (9x) ...€ 160,-

Druckfehler und Terminänderungen vorbehalten

- Die Kurse sind für ALLE LEVELS geeignet
- Kursort: Energie in Bewegung Praxis (Nähe WELIOS), Volksgartenstraße 17, 4600 Wels
- KEINE Kurse vom 12. - 18.11.24 // 23.12.24 - 06.01.25 // sowie an gesetzlichen Feiertagen
- Einzelstunden auf Anfrage möglich

ZUSATZANGEBOTE: ➤ Personaltraining ➤ eigene Gruppen- / Firmenkurse und Workshops

## WORKSHOPS & SPECIALS

(Terminänderungen vorbehalten)

<b>Toxische Energien lösen</b> negative Verstrickungen & Anhaftungen bewusst trennen	Fr. 24.01.25, 19:00 - 20:30	€ 40,- (je Einheit)
<b>BEWEGUNGS- Meditation</b>	Fr. 07.02.25, 19:00 - 20:30	€ 40,-
<b>Atemtechniken - Breathwork</b> für innere Ruhe, verbesserte Atmung & Körperaufrichtung	neue Termine in Ausarbeitung	€ 60,- (je Einheit)
<b>108 Sonnengrüße</b> Das aktuelle Thema wird noch bekanntgegeben	geplant: Sonntag 22.06.25	€ 30,-

### Bewusstseins-Arbeit

**GAIVIDA - komm, wir staunen** Thema: WASSER & Darmgesundheit  
**Informationsabend** Fr. 31.01.25, ab 18 Uhr

### Gehen im wissenden (=morphogenetischen) Feld

- um zu verstehen, WARUM etwas GENAU JETZT passiert
- DEINE Möglichkeiten, Fähigkeiten, Potentiale zu erkennen und zu nutzen
- anstehende Entscheidungen leichter oder anders treffen zu können (eigene Entscheidungs-Walk)

### ➤ Das Jahr 2025

sei vorbereitet auf die Chancen & Herausforderungen

Fr. 17.01.25, 18:30-20:30 € 60,-

für FRAUEN: Dein POTENTIAL -> Entdecken -> Entfalten -> ErLEBEN

Unabhängigkeit, Erfolg, Selbstbestimmung // Details: diepotentialentfalterinnen@gmail.com

- Die Workshops sind für ALLE LEVELS geeignet
- auch für PRIVAT-Gruppen möglich
- Details und weitere Informationen auf Anfrage
- **die Workshops werden laufend ergänzt**

**ANMELDUNGEN** (ab sofort möglich): ➤ per Mail: info@energie-in-bewegung.at

➤ tel.: 0650 / 580 10 60 (Doris Speigner)