

## **ENERGIE IN BEWEGUNG – Kursangebot ab 01.03.2021 – (vorerst) Ende April** (Änderungen vorbehalten)

Der Einstieg in die einzelnen Kurse ist jederzeit noch möglich → Kurspreis bitte erfragen

Montag 17:00-18:15 **ENERGETISCHE HEILÜBUNGEN \***

Montag 19:00-20:15 ONLINE: **YOGA FÜR ALLE**

---

Dienstag 18:30-19:45 ONLINE: **QIGONG UND MEDITATION**

---

Mittwoch 18:00-19:00 **OUTDOOR -YOGA FÜR ALLE** -> AB EINER AUßENTEMPERATUR VON +10 GRAD

---

Donnerstag 18:00-19:15 **ENERGETISCHE HEILÜBUNGEN \***

Donnerstag 19:30-20:45 **ENERGETISCHE HEILÜBUNGEN \***

---

Freitag 18:30-19:45 ONLINE: **YIN-YOGA UND ENTSPANNUNG**



\* **ENERGETISCHE HEILÜBUNGEN** ZUR GESUNDERHALTUNG VON **KÖRPER, GEIST UND SEELE** -> Details auf Anfrage

**BITTE** meldet euch zu jeder Stunde extra an, damit ihr dabei sein könnt und wir alle Auflagen erfüllen ;-)

➤ **PERSONAL-TRAINING** jederzeit, Termine auf Anfrage

Anmeldungen und Fragen bitte per Mail: [info@energie-in-bewegung.at](mailto:info@energie-in-bewegung.at) oder telefonisch: Doris Speigner: **0650/5801060**