



## KURSE - FRÜHJAHR 2026

gültig vom 23. Februar bis 10. Juli 2026

Energie-In-Bewegung Volksgartenstraße 17, 4600 Wels  
 info@energie-in-bewegung.at // Tel: 0650 580 10 60 (Doris Speigner)

MONTAG		DIENSTAG	
16:15 bis 16:55	<b>ATEM-Arbeit (Breathwork)</b> 1) 23.02. - 18.05.26 (11x) ... € 110,- 2) 01.06. - 06.07.26 (6x) ... € 60,-	17:15 bis 18:30	<b>YIN Yoga &amp; Atmung</b> 1) 24.02. - 26.05.26 (13x) ... € 234,- 2) 02.06. - 07.07.26 (6x) ... € 108,-
17:15 bis 18:30	<b>Yoga Mix</b> 1) 23.02. - 18.05.26 (11x) ... € 198,- 2) 01.06. - 06.07.26 (6x) ... € 108,-	18:45 bis 19:55	<b>Qigong</b> 1) 24.02. - 26.05.26 (13x) ... € 234,- 2) 02.06. - 07.07.26 (6x) ... € 108,-

MITTWOCH		DONNERSTAG	
18:35 bis 19:50	<b>Yoga für den Rücken</b> 1) 25.02. - 27.05.26 (13x) ... € 234,- 2) 03.06. - 08.07.26 (6x) ... € 108,-	18:45 bis 20:00	<b>Yoga &amp; Pilates</b> 1) 26.02. - 28.05.26 (12x) ... € 216,- 2) 11.06. - 09.07.26 (5x) ... € 90,-

Druckfehler und Terminänderungen vorbehalten

- Die Kurse sind für ALLE LEVELS geeignet
- Einzelstunden auf Anfrage möglich
- Kursort: Energie in Bewegung Praxis (Nähe WELIOS), Volksgartenstraße 17, 4600 Wels
- KEINE Kurse: **28.03.-06.04.26** (Ostern) // sowie an gesetzlichen Feiertagen
- verbindliche Anmeldung: info@energie-in-bewegung.at // die Kurse finden ab 4 TN statt

**ZUSATZANGEBOT:** ➤ Personaltraining ➤ private Gruppen- oder Firmen- KURSE

## FRÜHJAHR 2026

Informationen & Details auf Anfrage // Terminänderungen & Druckfehler vorbehalten

### YOGA & QIGONG

- So. 21.06.26 „108 SONNENGRÜßE“, 19<sup>00</sup>-20<sup>30</sup>, Energieausgleich: € 33,-  
Fr. 03.07.26 „SOFT-YOGA-FLOW“ Outdoor, 18<sup>30</sup>-20<sup>00</sup>, Energieausgleich: € 40,-

### A TEMARBEIT / BREATHWORK

- Sa. 14.03.26 „RICHTIG ATMEN LERNEN“, 09<sup>00</sup>-12<sup>00</sup>, Energieausgleich: € 88,-  
*Lerne deine ATMUNG & die WIRKUNG auf den Körper kennen und GEZIELT zu VERÄNDERN -> wirkt AKTIVIEREND, BERUHIGEND, GESUNDHEIT fördernd*  
Fr. 10.04.26 „RICHTIG ATMEN LERNEN“, 17<sup>30</sup>-20<sup>30</sup>, Energieausgleich: € 88,-  
Fr. 29.05.26 „ATEM SPECIAL -> OUTDOOR“, 18<sup>00</sup>-20<sup>00</sup>, Energieausgleich: € 60,-  
*Spezielle Atemübungen in der Bewegung -> für mehr Energie, Fokus und Kraft*

### POTENTIALENTFALTUNG

- Fr. 13.03.26 „WAS DARF SICH JETZT ENT.FALTEN“, 18<sup>30</sup>-20<sup>30</sup>, Energieausgleich: € 60,-  
-> **GEHEN IM WISSENDEN FELD**  
*Erhalte KLARHEIT ÜBER DICH & WOMIT DU dich jetzt einbringen kannst – beruflich & privat. ZUSAMMENHÄNGE werden sichtbar, anstehende Entscheidungen offensichtlich.*  
Fr. 20.03.26 „BEWEGUNGS-MEDITATION“, 18<sup>30</sup>-20<sup>15</sup>, Energieausgleich: € 45,-  
-> **mit abschließendem CHANNELING**  
*„Altes“, blockierendes LOSLASSEN - REINIGUNG deines Energiefeldes – NEUE ERKENNTNISSE für deinen Weg erlangen ... „Worauf wartest du noch???“*

- !! ONLINE !!** „ICH SEHE WAS, WAS DU NICHT SIEHST“ – Entfalte dein Potential  
Termine: Sa. 07.03., 10 Uhr // Di 17.03., 9 Uhr // Fr 27.03., 18:30 Uhr // Energieausgleich: € 88,-  
*Was strahlst du aus? Welche Fähigkeiten nehmen andere bei dir wahr? – NEUE Sichtweisen er.SCHAFFEN neue Erkenntnisse, Wege & Möglichkeiten...BIST DU BEREIT?*

### IN PLANUNG -> BEI INTERESSES BITTE MELDEN

- „3-tägiges SELBSTWERTSCHÄTZUNG SEMINAR, Termine: 04.- 06.06. oder 09.- 11.07.26
- „GAIAVIDA-WISSENS-AKADEMIE“ – THEMEN: WASSER / DARM-Gesundheit / ...
- „Co-Creativer Community AUSTAUSCH“, ZU AKTUELLEN THEMEN DER NEUEN ZEIT

Anmeldung & Infos: telefonisch 0650 / 580 10 60 (Doris Speigner) - per Mail: [info@energie-in-bewegung.at](mailto:info@energie-in-bewegung.at)  
Veranstaltungsort: „Energie-in-Bewegung“ Praxis im WTV (altes Gebäude / EG), Volksgartenstr. 17, 4600 Wels