



## 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



# WORKSHOPS

Veranstaltungsort: **ENERGIE IN BEWEGUNG**  
**VOLKSGARTENSTRASSE 17, 4600 WELS**

## MAI-JULI 2026

Informationen & Details auf Anfrage // Terminänderungen & Druckfehler vorbehalten

### YOGA & QIGONG

- So. 21.06.26 „108 SONNENGRÜBE“, 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,-

### ATEMARBEIT / BREATHWORK

- 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

- !! ONLINE !!** „ICH SEHE WAS, WAS DU NICHT SIEHST“ – Entfalte dein Potential  
Terminauswahl: Do 21.05., 10:30 Uhr // Mi. 27.05., 11 Uhr // Fr 29.05., 9 Uhr // Energieausgleich: je € 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