

Schönauer

ANGEBOTE FÜR DIE SCHÖNSTEN SEITEN IM LEBEN

BETZ Großschönau, 3922 Großschönau, Ausgabe Jänner 2026, Zugestellt durch Österreichische Post

Urlaubs-
packages

20
26

KRAFTVOLI
GROSS⁵CHÖNAU EEE/15
- spür die Energie

Erlebnis
Erholung
Waldbaden



Bauen und Wohnen in Großschönau

13 Ortschaften

Natur im Mittelpunkt

e5 Gemeinde

Ausgezeichnete Infrastruktur

20 Vereine

Familienfreundlich

- sonnige Bauplätze, 850m² bis 1.030m²
- Preise von 22 bis 27 Euro pro m²
- helle und freundliche Wohnungen
- kurze, fußläufige Wege ins Zentrum
- Tagesbetreuung für Kinder ab einem Jahr
- Kindergarten, Volksschule
- Gesundheitshaus
- Glasfaser Breitbandversorgung
- Erlebnisspielplätze



Gokart-Verleih



Steinlabyrinth



Wasserspiele



Familienspaß
garantiert!

2 Erlebnisspielplätze

direkt beim **BETZ** und direkt bei der **SONNENWELT**

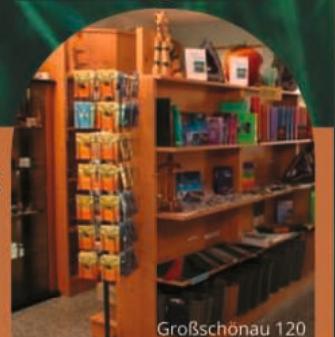
BESUCHEN SIE
UNSEREN KLEINEN SHOP

das **MITBRINGSEL**



Fachbücher zu Themen aus unseren Kursen
Wünschelruten, Tensoren, Pendel
Sternzeichenanhänger, Heilsteine und mehr
Bücher über das Waldviertel
Waldviertler Handwerkskunst
Mitbringsel, kleine Geschenke und Regionales

WIR FREUEN UNS
AUF
IHNEN BESUCH!



Großschönau 120

KRAFTPOL GROSSSCHÖNAU

- spür die Energie

Herzlich Willkommen in Großschönau!

Wir laden Sie ein Energie und Kraft zu tanken am Kraftpol GROSSSCHÖNAU.

Verbringen Sie Ihren **Urlaub** inmitten der **Natur** im schönen **Waldviertel**, besuchen Sie bei einem Ausflug unsere **5 Energie-Erlebnissen**, wandern Sie auf unseren **Themen- und Wanderwegen** vorbei an imposanten **Steinformationen** oder beeindruckenden **Holzkunstwerken** oder nehmen Sie teil an einem unserer „lebens-bewussten“ **BETZ-Kurse**.

Das gibt es zu entdecken:

- die 5 Energie-Erlebnisse (EE/5)
- viele (Themen-) Wanderwege
- Felsformationen
- Holzkunstwerke
- ein großARTiges Kulturprogramm
- 2 große Spielplätze
- den kostenlosen Audioguide „Hearonymus“
- und noch vieles mehr...



Wir freuen uns auf Sie!

Ihr
TDW-Team

PS: Vergessen Sie auch heuer nicht auf die diesjährigen BIOEM - der Messe für Bauen, Energie und Leben- die von 04. - 07. Juni stattfindet.
www.bioem.at

Rückseitig
finden Sie das
BETZ-Programm
zu „lebens-
bewussten“
Themen

Herzlich
Willkommen in
Großschönau

KRAFTPOL
GROSSSCHÖNAU EE/5

Kostenloser Audioguide
für Smartphones

Free audioguide for smartphones



1. Gratis Hearonymus-App
herunterladen
1. Download the free
Hearonymus App

2. Stichwort "Großschönau"
suchen und Guide laden
2. Search keyword "Grossschoenau"
and download guide



PENSION AM WALDRAND
– NEUÜBERNAHME
- Gemütliche Zimmer für
Einzelpersonen, Familien &
Gruppen
- Projektwochen für
Schulklassen – erlebnisreich &
pädagogisch wertvoll
- Seminar- & Tagungsräume für
Workshops und Retreats

Perfekt für:

Erholungssuchende, Familien,
Schulgruppen, Vereine, Firmen
& Seminarleiter:innen

Kontakt & Buchung:

Kajetan Tüchler & Benjamin Hofer

Großschönau 97

3922 Großschönau

Telefon: 0664-1209941

E-Mail: office@pension-bruckner.at

Webseite: <https://pension-bruckner.at/>

Verbleiben und Genießen

HOTEL, GASTHOF, PRIVATZIMMER, URLAUB AM BAUERNHOF, CAMPING



KRAUTEROL
GROSSCHÖNAU EE/15
- spür die Energie



Maria und Christian Hipp
Biobauernhof und Privatzimmer
3922 Wörnharts 2
Tel.: 02815/6373, Fax DW 1
office@biobauer-bruckner.at
www.hipp-bruckner.at
 biobruckner

12 Zimmer: Dusche/WC, Echtholzausstattung, Tepidarium, Sandbett, Dampfbad, Indoorspielplatz, ruhig am Ortsrand gelegen, Großschönau: 2,5 km

Preis: ab € 42,-
Einbettzimmerzuschlag € 5,-
Zuschlag für nur eine Nacht € 5,-



Haus Wagner
Privatzimmer
3922 Friedreichs 30
Mobil: 0681/208 180 29
Haus.wagner@hotmail.com
 Privatzimmer-Wagner-Monika

5 Zimmer: Dusche/WC, Sat-TV, Radio, geheiztes Hallenbad, Aufenthaltsraum mit Küche, ruhig, am Waldrand Großschönau: 3 km

Preis: ab € 38,-
Einbettzimmerzuschlag € 5,-
Zuschlag für nur eine Nacht € 5,-
Ferienwohnung auf Anfrage



Pension Bruckner
Großschönau 97
3922 Großschönau
Mobil: 0664/1209941
office@pension-bruckner.at
www.pension-bruckner.at

27 Zimmer: Dusche, WC separat, TV/Sat, Echtholzausstattung, 4 große Aufenthaltsräume, 2 Plauschecken mit Kochgelegenheit und Kühlschrank, ruhig in Waldnähe

Preis: ab € 47,-
Einbettzimmerzuschlag € 5,-
Zuschlag für nur eine Nacht € 5,-
Nur für Gruppen buchbar



Hotel-Restaurant „Schönauerhof“
3922 Großschönau 2
Tel. 0676/797 41 78
schoenauerhof.b.ertl@gmx.at

14 Zimmer: Dusche, WC separat, TV, Radio, Telefon, Kühlschrank im Zimmer
Haus- u. Grillspezialitäten, überdachte Caféhausterrasse, Gastgarten
150m vom BETZ entfernt
Direkt am Hauptplatz von Großschönau

Preise auf Anfrage



Ferienapartment Ulrike
3922 Großschönau 14
Mobil: 0664 3929517
0664 1329696
ulliaitmann33@gmail.com

Apartment mit voll ausgestatteter Küche mit Esszimmer. Bad mit Dusche und WC, extra großes Schlafzimmer, kleines Extra Zimmer

Preis pro Person und Nacht: € 30,-
Einbettzimmerzuschlag € 5,-



Gasthof Thaler
3922 Großbotten 4
Tel. 02815/6204
gasthof.thaler@schoenau.at
www.gasthof-thaler.at
 Gasthof-Thaler

keine Zimmer

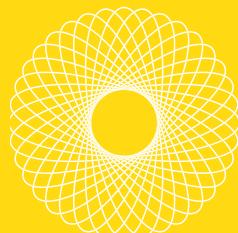
Frische regionale & saisonale Küche
Großschönau: 4 km



Gasthaus „Waldviertler Stüberl“
3922 Großschönau 120
Mobil: 0664/928 97 47
www.betz.at/waldviertlerstueberl

keine Zimmer

ca. 90 Sitzplätze, Wintergarten
Spielplatz & Gokart-Verleih direkt nebenan
direkt beim BETZ in Großschönau gelegen



SONNENWELT
www.sonnenwelt.at

EE/1 ENERGIEERLEBNIS



- Spür das Feuer

Die europaweit einzigartige Ausstellung zum Thema „Leben mit der Energie der Sonne“ lässt Besucher in 12 Zeitzenen wandeln - von der Sesshaftwerdung der Nomaden über das antike Ägypten und Rom bis zu High Tech made in Austria und in eine verantwortungsvolle Zukunft: Kommen Sie 10.000 Jahre zurück und treten Sie ein ins Nomadenzelt aus Mammutknochen oder ins antike Römer-Haus; gelingt es Ihnen gar, durch richtige Antworten den Eingang zur Pyramide zu öffnen?



„**Mensch und Energie, Geschichte erleben, Zukunft gestalten**“ wurde dreisprachig, multimedial, sowie interaktiv aufbereitet – und bietet Faszinierendes, Wissenswertes für Schulklassen, Betriebsausflüge, Familien, aber auch einzelne Interessierte, die hier eindrucksvolle Stunden verbringen können. Die bisherigen zehntausenden Besucher bestätigen - sie verdient diesen Namen: **Die Erlebnis-Schau SONNENWELT** entführt auf einem 2.000 Quadratmeter großen, modernst ge-

stalteten Parcours in spannende, frühere Zeiten und lädt ein, gemeinsam eine nachhaltige Welt zu gestalten.

Die Gäste widmen sich intensiv dem Abenteuer Energie & Zukunft; sie reisen in der interaktiven, wetterunabhängigen Ausstellung aber nicht nur durch die Geschichte, sondern lernen in **zahlreichen „Mitmach-Stationen“** spielerisch „gute Taten“ zur Rettung unserer Erde kennen.

Lass' Dich „ergreifen“!



Mit SOLARIX spielerisch die Wunderwelt der Energie entdecken.





SternzeichenPark
www.sternzeichenpark.at

- spür die Luft

Atmen Sie durch – bei Kunst zum Ansehen, Angreifen, Anlehnern, Rasten und Verweilen: 13 internationale anerkannte Künstler aus Bulgarien, Deutschland, Litauen, Ungarn, Ukraine und Österreich verwirklichten 2007 binnen 16 Tagen ihre Ideen zum Thema „Sternzeichen“.



Das Ausgangsmaterial Holz steht als nachwachsender, biologischer Rohstoff auch als Symbol für das Waldviertel und Großschönau. Im kreisförmig angelegten SternzeichenPark können Sie Genauereres über die 12 Charaktere Steinbock, Wassermann, Fische, Widder, Stier, Zwillinge, Krebs, Löwe, Jungfrau, Waage, Skorpion und Schütze erfahren und sich in einer naturbelassenen Wald- und Wiesenlandschaft erholen. Jede einzelne Sternzeichenskulptur ist mit Sitzgelegenheiten aus Holz oder Steinen und einer Infotafel mit Texten von Astrologin Eva Vaskovich-Fidelsberger ausgestattet.

Weitere 33 Stationen mit 46 mächtigen und eindrucksvollen Holzskulpturen, geschaffen von 30 internationalen Künstlern, können in einem fünf Kilometer langen Kunst- und Kultur-Erlebniswanderrweg durch Großschönau bewundert werden.

Lass' Dich beeindrucken!



EE/2 ENERGIEERLEBNIS



WünschelrutenWeg
www.wuenschelrute.at



Können Sie „wünscheln“? – Haben Sie Ihr Talent schon erprobt? Seit 1988 bietet der Wünschelrutenweg in Großschönau Energie-Erlebnisse der besonderen Art; denn Sie werden - höchstwahrscheinlich - die Kraft des Wassers spüren!

Der insgesamt **zehn Kilometer lange Weg** beginnt direkt beim BETZ, führt über den Kreuzberg zum Johannesberg samt Johannesbergkirche, wendet dort und läuft über die „**Kleine Steinerne Stube**“ zur „**Großen Steinernen Stube**“ an der Tiefenbohrung am „**Wünschelrutenübungsplatz**“ vorbei über den Marktplatz zur Kirche, die als letzte Station des Wünschelrutenweges den Höhepunkt darstellt.

Der Weg kann in drei bis vier Stunden durchwandert werden. Für alle über 50

markierten und ausgemuteten Stationen ist jedoch ein Vielfaches dieser Zeit einzuplanen.

Um für die Wanderung gerüstet zu sein, können Sie im Waldviertler Stüberl oder im Mitbringsel/BETZ eine Wünschelrute und eine Wünschelruten-Wegbeschreibung ausleihen.

Probier Dein Talent im Umgang mit der Wünschelrute! Spür das Wasser!

EE / 3

ENERGIEERLEBEN /4

- spür die Erde



Massage &
Körperanwendungen



Gesundheit &
Komplementärmedizin



Persönlichkeitsentwicklung &
Wohlbefinden



Radiästhesie, Wünscheln
& mehr

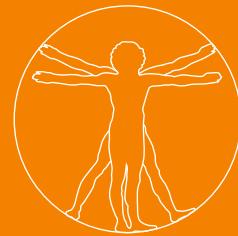
Im Bioenergetischen Trainingszentrum, kurz BETZ, werden von März bis November über 50 Kurse und Seminare für Gesundheit, Wohlbefinden & persönliche Weiterentwicklung geboten.

Erlernen Sie besondere Massagetechniken, belebende Körperanwendungen und wohltuende Entspannungstechniken für Ihre ganzheitliche Gesundheit.

Erfahren Sie bei praxisnahen Kursen, wie Sie nachhaltig Gutes für Ihren Körper und Ihre Gesundheit tun können oder durch komplementäre Medizin Ihre Selbstheilungskräfte aktivieren können. Entwickeln Sie Ihre eigene Persönlichkeit und ihre persönlichen Kompetenzen weiter, finden Sie Einklang mit Ihrem Ich, bilden Sie sich weiter!

Entdecken Sie die Welt der Radiästhesie beim Wünscheln, Pendeln & anderen Techniken und profitieren Sie von unserer langjährigen Erfahrung.

Sei durch unsere Kurse zu „lebens-bewussten“ Themen wieder geerdet.



BETZ
Bioenergetisches Trainingszentrum

Unser Mehrwert für Sie

25 Jahre Erfahrung

Aus den in den 1980er Jahren entstandenen Wünschelrutenkursen entwickelte sich das heutige BETZ, das nun schon seit 25 Jahren jährlich zahlreiche „lebensbewusste“ Kurse und Seminare mit vielen praktischen Übungen anbietet.

Einzigartige Kurse

Von A wie Astrologie bis W wie Wünschelrutenkurs: Bei uns finden Sie neben vertrauten Themen wie Lymphdrainagen- oder Fußreflexzonenmassage, Qigong & Yoga oder Komplementärmedizin wie Homöopathie, TCM oder Aromatherapie, auch besondere, einzigartige Kurse zu neuen Themen. Seien Sie offen für Neues und lassen Sie sich von großartigen Inhalten wie Tierkommunikation, Gesichtsyoga oder Neurobaum überraschen!

Natur, Ruhe & Walldidylle

Genießen Sie vor, während und nach Ihrem BETZKurs die Ruhe und Natur in unserer idyllischen Landschaft und tanken Sie Kraft beim Waldbaden. Gestalten Sie Ihren Seminar-Aufenthalt individuell. Unser „Kraftpol Großschönau“, seine freundlichen Gastgeber und das Waldviertler Umland bieten ein vielversprechendes Rahmenprogramm.

www.betz.at



Der nachhaltige
RESSOURCEN
MARKTPLATZ

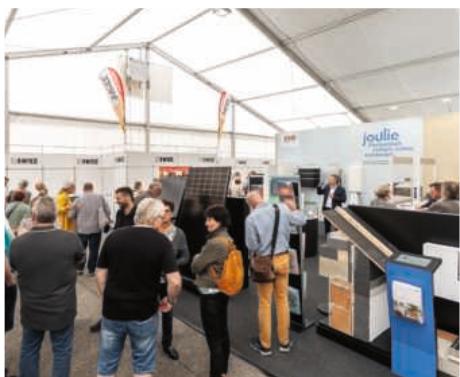
4. bis 7. Juni 2026
www.bioem.at

ENERGIEERLIEBE/15

Messe für eine lebenswerte und sichere Zukunft

Es ist bereits gute Tradition:
Vier Tage ab Fronleichnam wird
Großschönau alljährlich zur Mes-
semetropole Niederösterreichs.
Und das seit über 37 Jahren.

Bauen. Energie. Leben.



Die Bio- und Bioenergiemesse als „Mutter aller Grünmessen“ widmet sich den wesentlichen Themen **rund um Hausbauen und Sanieren, Energie sparen und Passivhaus**.

Steigende Energiepreise, die Abhängigkeit von Öl und Gas, sowie die Auswirkungen des Klimawandels zeigen, dass ein Umdenken im Energiebereich notwendig ist. Um diese essenzielle Botschaft präsentieren **rund 180 Aussteller auf 18.000 Quadratmetern** ihre Produkte und Angebote zu den neuesten Trends in Wohnwelt & Sicherheit, Energie & Umwelt, Natur & Gesund

heit, Kinder-Jugend-Familie, Genuss und Elektro-Mobilität. Hochkarätige Vortragende ergänzen das Programm.

Für rund 15.000 Besucher und Besucherinnen ist die **BIOEM** Jahr für Jahr zur eindrucksvollen Pflichtvisite geworden – um stets einen Schritt voraus zu sein...

Schau's Dir bewusst an!





Unsere Wanderwege



WÜNSCHELRUTEN-
Wanderweg
Nr. 21 / 10 km / 57 Stationen



FRAUHAUS -
Wanderweg
Nr. 22 / 9 km



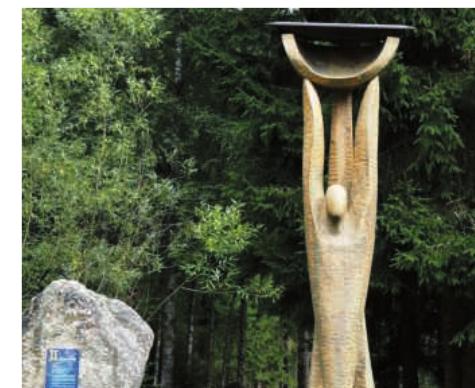
RABENLOCH-
Wanderweg
Nr. 23 / 7 km



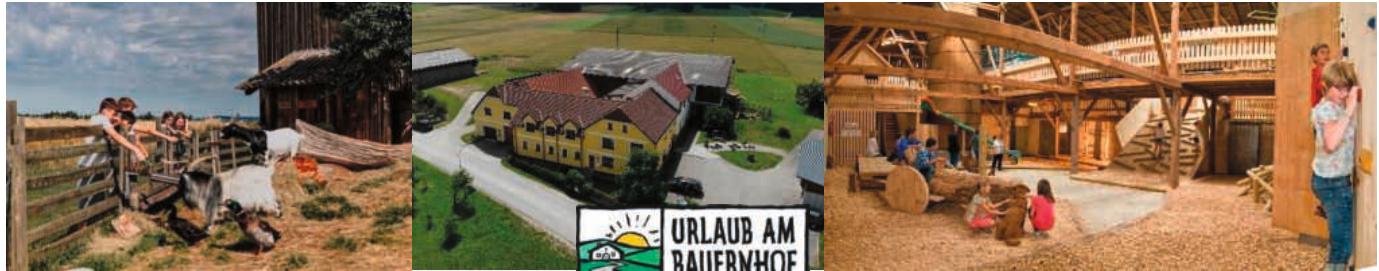
STEINERNE STUBE-
Wanderweg
Nr. 24 / 7 km



RIESENFICHTEN
Wanderweg
Nr. 25 / 10 km



STERNZEICHEN PARK-
Wanderweg
Nr. 26 / 2 km



URLAUB AM
BAUERNHOF

ERHOLUNG UND ERLEBNIS AM BIOBAUERNHOF HIPP-BRUCKNER

Familie Maria & Christian Hipp

Wörnharts 2
3922 Großschönau
Tel.: 02815/6373
www.hipp-bruckner.at
office@biobauer-bruckner.at

BEI UNS FINDEN SIE:

Eine ruhige Ortsrandlage, kinderfreundliche und entspannende familiäre Atmosphäre,
aufgeteilt auf 3 Einbettzimmer, 2 Doppelzimmer, 3 Ferienwohnungen und
4 Familienzimmer und gemütliche Aufenthaltsräume!

ZUSÄTZLICH BIETEN WIR:

Tepidarium mit geheiztem Sandbett und Dampfbad!
Einzigartiger 600 m² großer Indoor-Stadelspielplatz, große Ballwiese und Außenspielbereich,
Tischtennis, Tret- und Rutschfahrzeuge, Kleinkinderspielbereich, Lagerfeuerstelle, Spielecke,
Hausbücherei, Möglichkeit zur Selbstversorgung, Badeteich im Ort,
Brötchen-, Milch- und Getränkесervice!

BEWIRTSCHAFTUNG UND TIERE:

Bio-Ackerbau und Waldwirtschaft
Legehennen, Enten, Zwergziegen, Zwerghase, Riesenhasen, Meerschweinchen und Katzen

ZIMMERPREISE:

Erwachsene im Doppelzimmer € 42,--
Erwachsene im Familienzimmer oder einer Ferienwohnung € 46,--
Kinder bis 1,99 Jahre € 8,--
Kinder bis 7,99 Jahre € 16,-
Kinder bis 14,99 Jahre € 25,--

Zuschlag für nur eine Nächtigung und Einbettzimmerzuschlag je € 5,--

Preise inkl. Frühstück, zuzüglich € 2,60 Nächtigungsabgabe ab 15 Jahren!



Geführte Wanderungen in Großschönau



Wünschelruten-Wanderungen

mit Experte DI Wolfgang Müller

12.04.2026, 10.05.2026, 25.05.2026,

9.00-13.00 Uhr

Anmeldung, Preise und Infos: TDW Großschönau 02815 7003 / tdw@schoenau.at

Gerne vermitteln wir auch Ihre Gruppenanfrage zu gewünschten Terminen!

Raiffeisenbank
Oberes Waldviertel



IHR VERLÄSSLICHER
PARTNER FÜR IHR
BAUVORHABEN

WIR MACHT'S MÖGLICH.

NUTZEN SIE
UNSER WISSEN
FÜR IHREN
WOHNTRAUM!
RBOW.AT

Packages

Verbringen Sie herrliche Urlaubstage in Großschönau

Entdecken Sie unsere Pauschalangebote für die schönen Seiten im Leben



Wandern und Radfahren in Großschönau

Wandern bringt Freude und Erholung für Jung und Alt.

Entspannen Sie in unberührter Landschaft und lernen Sie unsere **6 gut erschlossener Wanderwege** wie den **Rabenlochweg** oder den **Wünschelrutenweg**, einen **Kunst- und Erlebniswanderweg** oder einen unserer Weitwanderwege wie z.B. den **20 Dörfer- Rad- und Wanderweg** oder auch den **Bernhardiweg im Waldviertel** kennen.

INKLUDIERTE LEISTUNGEN

- 2 Nächte inklusive Frühstück in Ihrer Wunschunterkunft*
- 2 Verpflegungsgutscheine im Wert von je 15,-**
- 1 Fahrt mit der Schmalspurbahn¹ Weitra-Groß Gerungs und retour
- 1 persönliche Sternzeichen-Urkunde & Stein
- 1 Eintritt in die SONNENWELT

PREISE

Preis/Person im DZ: € 139,00



Einstiegen & Kraft tanken

Erleben Sie eine Fahrt mit der **Waldviertler Schmalspurbahn** von Weitra nach Groß Gerungs und zurück, besuchen Sie die **Sonnenwelt** in Großschönau und tanken Sie Kraft im **Sternzeichenpark**.

Termine lt. Fahrplan Waldviertelbahn oder auf www.schoenau.at/packages



INKLUDIERTE LEISTUNGEN

- 2 Nächte inklusive Frühstück in Ihrer Wunschunterkunft*
- 2 Verpflegungsgutscheine im Wert von je 15,-**
- 1 Fahrt mit der Schmalspurbahn¹ Weitra-Groß Gerungs und retour
- 1 persönliche Sternzeichen-Urkunde & Stein
- 1 Eintritt in die SONNENWELT

PREISE

Preis/Person im DZ: € 169,00

¹Aufpreis mit Nostalgiegarnitur u. Dampflok: € 16,00 p. P.



Familienerlebnis

Genießen Sie gemeinsame Zeit mit Ihrer Familie am **Bio-Erlebnisbauernhof Hipp** mit gemütlichem **Grillen am Lagerfeuer** und **Go-Kart-Fahren** am **Erlebnis-Spielplatz** Großschönau (auch für Mama & Papa geeignet). Entdecken Sie die **Sonnenwelt** mit vielen interaktiven Stationen und verbringen Sie gemütliche Tage im schönen Waldviertel mit vielen spannenden Ausflugsmöglichkeiten!



INKLUDIERTE LEISTUNGEN

- 2 Nächte inklusive Frühstück am BIO-Bauernhof Hipp
- 2 Verpflegungsgutscheine im Wert von je 15,-**
- 1 x Grillen am Lagerfeuer
- 1 x Go-Kart Fahren (30 Min.)
- 1 Eintritt in die SONNENWELT

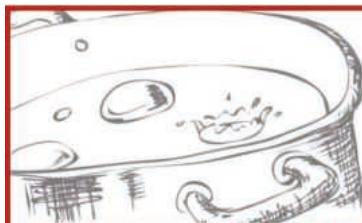
PREISE

Preis/Erw. € 159,00

Preis/Kind (bis 7,99 J.) € 62,00

Preis/Kind (8-14,99 J.) € 86,00

*Wunschunterkunft: Biobauernhof Hipp, oder Haus Wagner **einlösbar in einem Gasthaus in der Gemeinde Großschönau oder Kaufhaus Schagginger



WALDVIERTLER Stüberl

Großschönau



Die nette Einkehr für Wanderer, Radfahrer, Urlaubende, Familien, Kursbesuchende und natürlich Schönauer

- Gasthaus im Landstil
- 90 Sitzplätze
- Wintergarten
- Spielplatz nebenan

- Catering
- Veranstaltungsservice aller Art



3922 Großschönau 120 / direkt beim BETZ

Franz Winkler 0664/92 89 747



Advent in Weitra

Besuchen Sie den bekannten **Adventmarkt in Weitra** und genießen die **winterliche Atmosphäre** im Herzen der Braustadt. Erleben Sie **bodenständiges Kunsthhandwerk**, lebende Werkstätten, **heimische Schmankerl** uvm.

Termin:
28.-29.11.2026

INKLUDIERTE LEISTUNGEN

- 1 Nacht inklusive Frühstück in Ihrer Wunschunterkunft*
- 1 Verpflegungsgutschein im Wert von 15,-**
- 1 Besuch Adventmarkt Weitra inkl. Transfer

PREISE

Preis/Person im DZ: € 118,00

Buchung und Information:

Verein TDW, Tel. 02815/7003
3922 Großschönau 120,

e-mail: tdw@gross.schoenau.at

Kunst & Kultur

Wählen Sie Ihre **Kulturveranstaltung** und verbinden Sie Kunst & Kultur mit einem erholsamen Aufenthalt in Großschönau. Ob **Kabarett, Konzert oder nostalgischer Kinoabend** im gemütlichen Ambiente der Kulturstätte Großschönau oder aber **Theaterfestival im historischen Schloss Weitra** - bei unserer Auswahl an Kulturveranstaltungen werden Sie bestimmt fündig! Bestaunen Sie entlang des **Kunst & Kultur Erlebniswanderweges** imposante Holzkunstwerken, erkunden Sie die **Sonnenwelt** und besuchen Sie das **Jägerhaus** oder das **Dorf museum**.

Termine:

www.grossartig-kultur.at
www.schloss-weitra.at
oder telefonisch 02815 7003



INKLUDIERTE LEISTUNGEN

- 1 Nacht inklusive Frühstück in Ihrer Wunschunterkunft*
- 1 Verpflegungsgutschein im Wert von 15,- **
- 1 Eintritt in die SONNENWELT
- 1 Eintritt Dorfmuseum/Jägerhaus

PREISE

| | |
|------------------------|----------|
| Preis/Person im DZ | |
| Kino | € 99,00 |
| Kabarett/Konzert | € 126,00 |
| Theaterfestival Weitra | € 146,00 |



Bier & Schloss

Lernen Sie die unterschiedlichen **Rohmaterialien und Brauprozesse** von einst und jetzt in der **Erlebniswelt Bier** im Schloss Weitra kennen und lassen Sie Ihren Kurzurlaub bei einem Menü Ihrer Wahl im **Gasthof Thaler** kulinarisch ausklingen.

Termine:
buchbar von 1. Mai - 31. Oktober 2026

INKLUDIERTE LEISTUNGEN

- 1 Nacht inklusive Frühstück in Ihrer Wunschunterkunft*
- 1 Verpflegungsgutschein im Wert von 15,- **
- 1 Eintritt Schloss Weitra inkl. Erlebniswelt Bier

PREISE

Preis/Person im DZ € 99,00

KAUFHAUS Schagginger e.U.



3922 Großschönau 45



02815/6214

Kunst & Kultur in Großschönau



Geschichtsträchtige Gebäude, Holzkunst und vieles mehr

Erleben Sie Holzkunst am Erlebniswanderweg, tauchen Sie ein in die Vergangenheit und bewundern Sie Bauwerke vergangener Zeiten.

Der Kunst & Kultur-Erlebniswanderweg

Lassen Sie sich entlang des ca. 5 km langen Erlebnisweges von 33 mächtigen Holzskulpturen, die im Rahmen mehrerer Holzbildhauer-Symposien zu den Themen "Wasser & Holz", "Sitzkunst" & "Die 4 Elemente" verwirklicht wurden, beeindrucken.

Museum Dorfleben

Im Heimatmuseum Dorfleben erwacht die Vergangenheit zum Leben. Auf 250 m² Ausstellungsfläche finden Sie historische Schätze zum Leben und Arbeiten in früheren Zeiten sowie Pflanzen, Tiere, Pilze u. Steine aus der Region.

www.museum-dorfleben.at

Jägerhaus

Das Jägerhaus in Großschönau (erstmals 1499 urkundlich erwähnt) gehörte zum Schloss Engelstein und war Wohnsitz der herrschaftlichen Jäger. Heute beheimatet es die Einrichtung eines historischen Postamts aus 1900, eines Gendarmeriepostens aus den 50iger Jahren und einer alten Dorfschule sowie ein Nostalgiekino.

Johannesbergkirche

Hadmar von Kuenring gründete im 12. Jhd. auf dem 836m hohen Johannesberg die Burg Hadmarstein. 1319 kaufte das Kloster Zwettl die zertrümmerte Burg und erbaute auf den niederen Mauern der Burgkapelle, die zu der Zeit noch stand, eine Kirche zu Ehren des Heiligen Johannes des Täufers.

Pfarrkirche Hl. Leonhard

Das anfänglich romanische Langhaus der Kirche, die 1305 erstmals urkundlich erwähnt worden ist, wurde um 1400 zu einer dreischiffigen, fünfjochigen Hallenkirche umgestaltet. Hervorzuheben sind der Rokokoaltar, 2 Hochaltarbilder vom „Kremser Schmidt“ das spätgotische Portal an der Südseite und der romanische Taufstein aus Granit.

print
berger

3950 Gmünd
Stadtplatz 41

T +43 (0) 2852 / 532 75
E office@bergerprint.at

Aktuelle Preisleiste:
www.bergerprint.at



DIGITALDRUCK

TEXTILDRUCK

WERBETECHNIK

Gehört
schon fast
zur Familie.

NV

Christoph Gutscher
NV Berater

Nähe verbindet.
Unsere Niederösterreichische
Versicherung
nv.at

Allgemeine Informationen & Anmelde- bedingungen



Kursort

BETZ - Großschönau
3922 Großschönau Nr. 120

Kontakt

☎ 02815 / 70 03
✉ office@betz.at

Web

🌐 www.betz.at

Social Media

facebook icon @BETZ_Seminarzentrum

Newsletter

www.betz.at/newsletter

Shop

Kurszubehör ist im „Mitbringsel“
erhältlich, sowie online
www.betz.at/mitbringsel-shop

Bank

Raika Oberes Waldviertel
IBAN: AT633241500002305183
BIC: RLNWATWWOWS

Impressum

Herausgeber, Medieninhaber und
Verleger: Verein BETZ Großschönau,
3922 Großschönau, Nr. 120
Fotos: Bruckner, Kursleiter, Archiv,
Sabine Preißl, istockphoto, pixabay,
pexels, Verena Prinz, TDW
Grafik: Grafikdesign Ewald Buhl, TDW
Großschönau
Druck: Druckerei Berger, 3950 Gmünd

Kursanmeldung

Gerne nehmen wir Ihre Anmeldung bis 7 Tage vor Kurstermin
telefonisch, per E-Mail oder einfach online auf
www.betz.at/anmeldung entgegen. Sie erhalten per E-Mail oder auf
Wunsch per Post Ihre Anmeldebestätigung. Mit Ihrer Anmeldung
nehmen Sie die folgenden Anmeldebedingungen zur Kenntnis.

Bezahlung

Genaue Informationen zur Bezahlung der Kursgebühr erhalten Sie
mit der Anmeldebestätigung.

Kursabsage

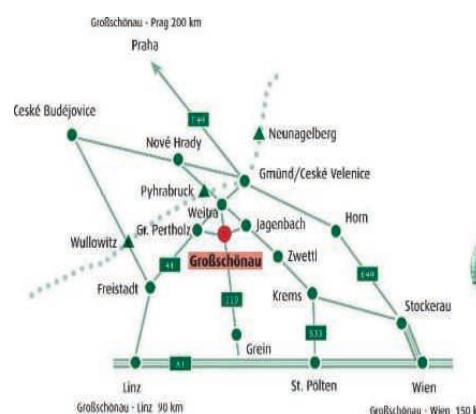
Sollte ein Seminar nicht zustande kommen, erhalten Sie eine Woche
vor Beginn die entsprechende Absage und die gesamte bezahlte
Kursgebühr zurück.

Stornobedingungen

Sollte es Ihnen nicht möglich sein, einer getätigten Anmeldung
nachzukommen, ersuchen wir Sie um sofortige Benachrichtigung. Die
Teilnahme kann, bis zu **28 Tagen** vor Kursbeginn, kostenlos storniert
werden. Ab dem **27. Tag** vor Kursbeginn werden 50 % der
Kursgebühr, ab dem **3. Tag** werden 100% der Kursgebühr verrechnet.
Wir empfehlen den Abschluss einer Stornoversicherung bei unserem
Partner der NIEDERÖSTERREICHISCHE VERSICHERUNG. Genaue
Informationen zur Stornoversicherung erhalten Sie mit Ihrer
Anmeldebestätigung.

Wir ersuchen um Verständnis für die gestaffelten Stornogebühren -
im ungünstigsten Fall kann es durch Ihre Stornierung zur Absage des
Kurses kommen.

Der Weg zu uns



RADIÄSTHESIE ANWENDERSEMINAR GRIFFLÄNGENTECHNIK MIT DER KUNSTSTOFFRUTE mit Wolfgang Müller

Dieses Seminar ist für jene gedacht, die mit Rute und Pendel schon Erfahrung gesammelt haben und ihre Arbeitsweise verbessern und mehr Sicherheit für die Ergebnisse ihrer Mutungen erlangen wollen. Die Arbeitsweise unterscheidet sich von jener im Wünscheln & Pendeln Schnupperkurs gelehrt, dass einer bestimmten Abgreiflänge von der Rutenspitze eine bestimmte Strahlungsart zugeordnet ist. So können wir uns präziser auf die jeweiligen radiästhetischen Einflüsse abstimmen. Am 1. Tag werden die Grundlagen der neuen Technik, die richtige Handhabung der Griff längenroute sowie die wichtigsten Griff längenwerte und ihre Bedeutung erörtert, ebenso die Intensitäts- und Polarisationsbestimmung von Strahlungen mit der neuen Technik. Im Anschluss daran wird auf die Ermittlung der Strahlungsfelder von Wasseradern (Spektroide), geologischen Störungen, Gitterstrukturen und geomantischen und technomantischen Strukturen eingegangen.

Am 2. Tag werden auf unserem Übungsgelände auf einem BIO-Kräuterhof die radiästhetischen Kenntnisse unter Verwendung der neuen Rute vertieft, Wasseradern und geologische Störungen (Verwerfungen, Hohlraum) im Gelände gesucht und ausgesteckt und Untersuchungen an zwei Brunnen vorgenommen. Das Aufsuchen einer geomantischen Zone und einer Leyline, die Betrachtung der Wuchs anomalien von auf Einflusszonen stehenden Bäumen stehen ebenfalls am Programm. Ebenso untersuchen wir eine Wachstumszone und lernen Blitzbäume kennen. Welche Wirkung einzelne feldverändernde Maßnahmen und ein nach harmonischen Maßen angelegter Kräutergarten zeigen wird ebenfalls besprochen.

Am 3. Tag wird auf die Wichtigkeit des neutralen Platzes als Ausgangspunkt für radiästhetische Untersuchungen eingegangen, ebenso auf die Abstimmtechnik, d.h. das Ermitteln von Griff längen. Über den Türstock- und Körperscan gilt es herauszufinden, welche Einflusszonen in einem Raum vorhanden sind und welche eine Person am Schlafplatz aufnimmt. Auch die Bestimmung der Vitalitätsaura und des Reaktionsabstandes und die Auswirkung von Stoffproben stehen am Programm.

RADIÄSTHESIE AUFBAUSEMINAR GRIFFLÄNGENTECHNIK MIT DER H3-ANTENNE mit Wolfgang Müller

In diesem Angebot lernen wir die vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten der H3-Antenne kennen. Voraussetzung: Grundkenntnisse in der Griff längentechnik. Eine ausführliche Kursbeschreibung entnehmen sie aus Platzgründen bitte unserer Homepage.

RADIÄSTHETISCHER ÜBUNGSTAG mit Wolfgang Müller

Dieses Seminarangebot richtet sich an fortgeschrittene Teilnehmer:innen, die den Wünscheln & Pendeln Schnupperkurs, aber auch Wünscheln & Pendeln – Griff längentechnik besucht haben oder eine inhaltlich gleichwertige Ausbildung mitbringen.

Wir treffen uns auf unserem Übungsgelände am Sonnenhof in Liebenau, um uns in Theorie und Praxis wieder auf die Einflusszonen zu kalibrieren.

ELEKTROSMOG – WAS TUN? mit Wolfgang Müller

Die Themen erneuerbare Energien und die Benutzung von Elektroautos, aber auch die modernen Kommunikationstechniken rücken immer mehr in unser Bewusstsein. In diesem zweitägigen Seminar geht es nicht um die Vermittlung von technischem Spezialwissen, sondern um ein Grundwissen für unseren Alltag und unser Leben in der modernen technischen Umgebung. Wie wird elektrische Energie erzeugt und verteilt, wie problematisch sind dabei die erneuerbaren Energien (Photovoltaik, Windkraft) in Bezug auf die Versorgungssicherheit zu sehen, welche Wirkungen treten im Bereich der Ortsvernetzung zusätzlich auf und wie können sie uns beeinflussen?

Was bedeuten 2G, 3G, 4G und 5G in Bezug auf moderne mobile Kommunikation und warum ist die Errichtung einer Vielzahl von Basisstationen erforderlich und welche Auswirkungen ergeben sich dadurch auf uns Menschen?

TERMINE

ANWENDERSEMINAR

29.-31.05.2026

Teilnahmevoraussetzung: Abschluss Wünscheln & Pendeln Schnupperkurs oder inhaltlich vergleichbare Ausbildung

KURSZEITEN

FR 14.00-18.00 Uhr

SA 09.00-18.00 Uhr

SO 09.00-13.00 Uhr

KURSGEBÜHR

€ 320,00 pro Person/Kurs+ Materialkosten € 50,00

MITZUBRINGEN

Regen-/Sonnenschutz, festes Schuhwerk, USB-Stick

Bei geringer Teilnehmerzahl findet das Seminar in 4252 Liebenau statt

AUFBauseminar

11.09. – 13.09.2026

Teilnahmevoraussetzung:
Absolvierung von Wünscheln & Pendeln spezial oder inhaltlich vergleichbare Kenntnisse

KURSZEITEN

FR 14.00-18.00 Uhr

SA 09.00-18.00 Uhr

SO 09.00-17.00 Uhr

KURSGEBÜHR

€ 360,00 pro Person/Kurs

MITZUBRINGEN

Siehe Website

Dieses Seminar findet in 4252 Liebenau statt

ÜBUNGSTAG (LIEBENAU)

SO 28.06.2026

SA 29.08.2026

KURSZEITEN

SA/SO 09.00-18.00 Uhr

KURSGEBÜHR

€ 150,00 pro Person/Kurs

ELEKTROSMOG

12.-13.06.2026

18.-19.09.2026

KURSZEITEN

FR 14.00-18.00 Uhr

SA 09.00-18.00 Uhr

KURSGEBÜHR

€ 190,00 pro Person/Kurs

Bei geringer Teilnehmerzahl findet das Seminar in 4252 Liebenau statt



WÜNSCHELN & PENDELN

Unser Spezialgebiet im BETZ seit über 35 Jahren ist das Thema Radiästhesie. Nicht umsonst entstand hier in Großschönau der 1. NÖ Wünschelrutenweg im Jahr 1988. Machen Sie erste Erfahrungen im Wünscheln & Pendeln bei einem Schnupperkurs oder einer Wanderung, spezialisieren Sie sich bei einem unserer Spezialkurse und erweitern Sie Ihre praktischen Kenntnisse bei unserer Exkursion.



DI Wolfgang Müller

Geobiologischer Berater, Radiästhet seit über 25 Jahren, Mechatroniker, Dipl. Erwachsenenbildungstrainer, über 40 Jahre Erfahrung in der Erwachsenenausbildung, langjähriger Seminarleiter, Zertifikatsausbildung zum geobiologischen Berater beim Forschungskreis für Geobiologie Dr. Hartmann (D) u. bei Harald Walther (†), Zertifikatsausbildung in psychodynamischer Radiästhesie bei Ewald Kalteiß u. DI Hartmut Lüdeling (D), Ausbildung in elektrobiologischer Messtechnik beim Verband Baubio logie, Dr. Martin Virnich u. anderen (D), Mitglied beim Forschungskreis für Geobiologie Dr. Hartmann und beim Radästhesieverein Deutschland e.V.

TERMINE

WÜNSCHELN & PENDELN

24.-26.04.2026
04.-06.09.2026

KURSZEITEN

FR 14.00-18.00 Uhr
SA 09.00-18.00 Uhr
SO 09.00-13.00 Uhr

KURSGEBÜHR

€ 295,00 pro Person/Kurs

MITZUBRINGEN

Regenschutz, Sonnenschutz, festes Schuhwerk, der Witterung angepasste Kleidung, USB-Stick Fahrgemeinschaften erforderlich

Bei geringer Teilnehmerzahl findet das Seminar in 4252 statt.

WÜNSCHELRUTENWANDERUNG

12.04.2026
10.05.2026
25.05.2026



KURSZEIT

SO 09.00-13.00 Uhr

KURSGEBÜHR

€ 70,00 pro Person/Wanderung

WÜNSCHELN & PENDELN SCHNUPPERKURS mit Wolfgang Müller

Dieses Seminar richtet sich an alle, die sich eine Fähigkeit für die den meisten Menschen verborgenen Strahlungen aneignen möchten.

Nach einem geschichtlichen Überblick über die Radiästhesie, die Bauarten und Materialien von Ruten und Pendel, besprechen wir den richtigen Umgang mit diesen Anzeigegeräten und wie die Rutenreaktion zustande kommt. In der Theorie wird erläutert, wie man sich auf die radiästhetische Arbeit vorbereitet, welche Einflusszonen es gibt und mit welchen Techniken man sie ermittelt. Auch auf die grundsätzliche Vorgehensweise bei radiästhetischen Untersuchungen wird eingegangen. Danach fahren wir zu einem Bach und zu einem Übungsgelände. Dort holen sich die TeilnehmerInnen den ersten Rutenausschlag, suchen die Strahlungsfelder von Wasseradern und geologischen Störungen im Freigelände und versuchen herauszufinden, wie sie sich körperlich anfühlen. Ein weiterer Schwerpunkt des Seminars ist die Einführung in das Pendeln und die richtige Fragestellung. Ebenso steht die Erklärung des Unterschiedes zwischen Polarisation und Polarität und das Ermitteln der Strahlungsqualität nach Bovis mit der korrekten Eichung auf den neutralen Wert am Programm. Auch bestimmen wir unser biodynamisches Feld, das einen Einfluss auf die Mutungsergebnisse haben kann. Nach einer Einführung in die Geomantie und die Techniken, um Strahlungsfelder zu verändern, werden Gitterstrukturen ausgelegt und die neuesten Erkenntnisse über die Entstehung radiästhetischer Strahlungsfelder vorgestellt.

WÜNSCHELRUTENWANDERUNG mit Wolfgang Müller

Schnuppern Sie nach einer einstündigen Einführung in die Welt der Radiästhesie und spüren Sie die Kraft des Wassers und vieles mehr auf einer ca. 3-stündigen Wanderung entlang des Wünschelrutenweges mit interessanten Stationen rund um Großschönau.



Den meisten ist der Begriff der "Radiästhesie" - das Fachgebiet der Erdstrahlen - unbekannt. Schon weit öfter bekannt ist die Tatsache, dass man mit Wünschelruten verborgene Quellen und Wasseradern finden kann. Doch das sind noch lange nicht alle Effekte der Erdstrahlen.

Im Bewusstsein des Menschen schlummern manche Fähigkeiten, die sich einer exakten wissenschaftlichen Messung noch entziehen. Eine davon ist die "Radiästhesie" - die Strahlenfühlfähigkeit. Erfahren Sie in unseren Kursen alles Wissenswerte über die Radiästhesie, lernen Sie den Umgang mit Wünschelrute, Pendel oder Tensor und eignen Sie sich eine Strahlenfühlfähigkeit an.

Radiästhesie, Wünscheln & mehr



ENERGETISCH TESTEN MIT DEM TENSOR

Wollten Sie schon immer auf energetischem Weg herausfinden, was Ihnen guttut und was nicht und welches Lebensmittel, homöopathisches Mittel oder Nahrungsergänzungsmittel für Sie am besten geeignet ist? Der Umgang mit dem Tensor ist verblüffend einfach. Mit ein paar Tipps können das die meisten sofort. Der Vorteil dieser energetischen Testmethode ist die schnelle Durchführung.

ENERGETISCH TESTEN MIT DEM TENSOR 1

mit Christa Koppensteiner

In diesem Workshop wird gezeigt, wie man mit Hilfe eines radiästhetischen Resonanztests innerhalb weniger Minuten austestet. Eine Erklärung für diese natürlichen diagnostischen Talente des Menschen findet man in der Quantenphysik. Man arbeitet mit Informationsfeldern und macht durch das Testinstrument, den Tensor sichtbar, ob das Informationsfeld eines Menschen mit dem z. B. eines Naturmittels in Resonanz geht oder nicht. Dadurch erkennt man ein geeignetes Mittel auch ohne, dass man darüber viel weiß. Liest man die Wirkungen dann nach, ist man oft erstaunt, wie stimmig der Test war. Mit ein bisschen Übung kann man sogar für nicht anwesende Personen testen.

Kursinhalt Basiskurs:

- Was kann getestet werden / Testfähigkeit, Testablauf und Übungen
- Was tut mir gut und was nicht / Mittel austesten, Prioritäten feststellen,
- Austesten von Nahrungsmitteln, Nahrungsergänzungsmittel und Vitaminen
- Dosierungen austesten / Verträgliche Kombinationen von Mitteln austesten
- Für andere testen, auf Entfernung testen

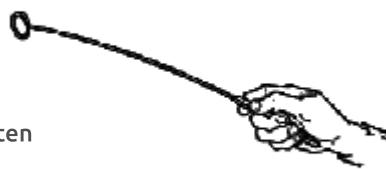
ENERGETISCH TESTEN MIT DEM TENSOR 2 (AUFBAUKURS)

mit Andreas Koppensteiner

Im Aufbaukurs geht es um die vielfältigen Anwendungsmöglichkeiten des Testens mit dem Tensor im Alltag. Sie lernen außerdem die feinstoffliche Energieschwingung von Nahrungsergänzungsmitteln in das Energiefeld einzuschwingen. Voraussetzung: Tensor Grundlagen oder Erfahrung mit dem Tensor

Kursinhalt Aufbaukurs:

- Gesunde Umgebung austesten
- Gesunden Schlafplatz austesten
- Gesunden Arbeitsplatz austesten
- Störfelder und Störzonen, Elektrosmog austesten
- Kraftplätze austesten
- Kleidung und Schmuck austesten
- Testen für Tiere
- Einschwingen von Licht- und Heilenergien in das Energiesystem
- Energetisches Einschwingen von Nahrungsergänzungsmitteln



Christa Koppensteiner

Sie ist als Bioenergie-Therapeutin, Aurameisterin und Seminarleiterin für die Heilarbeit mit Heiliger Geometrie und mit Herzcoachings in eigener Praxis in Hoheneich tätig. Ihr Anliegen ist es, die verborgenen und unsichtbaren Ursachen von Krankheit und Disharmonie sichtbar zu machen und energetisch zu lösen, sowie den Menschen zu helfen ihr Bewusstsein für mehr Gesundheit zu entfalten.

Andreas Koppensteiner

Er ist als Bioenergie-Therapeut, Aurameister und Energetiker für gesunden Lebensraum in eigener Praxis in Hoheneich tätig. Sein Anliegen ist es, die verborgenen und unsichtbaren Ursachen von Krankheit und Disharmonie sichtbar zu machen und energetisch zu lösen, sowie den Menschen zu helfen ihr Bewusstsein für mehr Gesundheit zu entfalten.

TERMINE

ENERGETISCH TESTEN 1
SA 02.05.2026

ENERGETISCH TESTEN 2
SO 03.05.2026

KURSZEITEN
SA/SO 10.00-16.00 Uhr

KURSGEBÜHR
€ 190,00 pro Person/Kurs

MITZUBRINGEN
eigener Tensor



DI Wolfgang Müller

Ausbildung a. d. Akademie für Seelen-Schamanismus in spiritueller & schamanischer Energiearbeit, Reikimeister

TERMINE

DIE SPRACHE DER SEELE 1

17.-19.04.2026
19.-21.06.2026

DIE SPRACHE DER SEELE 2

02.-04.10.2026

KURSZEITEN

FR 14.00-18.00 Uhr
SA 09.00-18.00 Uhr
SO 09.00-13.00 Uhr

KURSGEBÜHR

€ 295,00 pro Person/Kurs (Teil 1)
€ 310,00 pro Person/Kurs (Teil 2)

SANATHANA SAI SANJEEVINI

14.06.2026
20.09.2026

KURSGEBÜHR

€ 150,00 pro Person/Kurs
+ Materialkosten ca. € 10,00

MITZUBRINGEN

Bequeme Kleidung, Decke, Polster,
USB-Stick

Bei geringer Teilnehmeranzahl finden
diese Seminare in 4252 Liebenau statt

DIE SPRACHE DER SEELE

In der heutigen, von Schnelllebigkeit und Digitalisierung geprägten Zeit vergessen die Menschen, was sie sich in ihrem Seelenplan für die Inkarnation vorgenommen haben und welche Lernaufgaben sie erfüllen möchten. Die Seele kann nicht reden und den Menschen an seinen Seelenplan erinnern, aber sich über den Körper mitteilen. So kommt es zum Auftreten von Unpässlichkeiten, die sowohl wir als auch die Medizin als Krankheit bezeichnen. Hier kann der Schamane helfen. Er kann nicht heilen, aber die Blockaden, die zu den Unpässlichkeiten geführt haben, lösen und den Fluss der Energie wieder anregen.

DIE SPRACHE DER SEELE 1 mit Wolfgang Müller

Zunächst stimmen wir uns auf die energetische Arbeit ein, indem wir unsere Aura erspüren und harmonisieren. Danach werden die Chakren gefühlt, ausgeglichen und angedreht. Anschließend lösen wir die Verletzungen unserer Kindheit auf, indem wir unser inneres Kind, unsere innere Frau und unseren inneren Mann meditativ kennen lernen. Auch lernen wir, wie man an den Händen, an der Haut und an den Beinstellungen sehr viel über seelische Hintergründe von Blockaden erfahren und wie man sie lösen kann.

DIE SPRACHE DER SEELE 2 mit Wolfgang Müller

Nachdem wir im Teil 1 unsere innere Familie kennengelernt haben, erarbeiten wir im Teil 2, was Flüche, Besetzungen und Implantate für uns bedeuten und wie man sie löschen kann. Danach werden die 9. Schwangerschaftsmonate und die Geburt aufgearbeitet. Auch lernen wir unsere schamanischen Eltern kennen. Weiters wird das Ablesen von Blockaden aus der Ausformung unserer Finger, der Beinstellung und Hautanomalien geübt. Teilnahmevoraussetzung: Abschluss Teil 1

SANATHANA SAI SANJEEVINI mit Wolfgang Müller

Bei Sanathana Sai Sanjeevini handelt es sich um ein feinstoffliches, spirituelles Heilsystem, das die körpereigene Heilenergie erweckt. Es wurde von der Inderin Poonam Nagpal entdeckt und entwickelt und ist 1995 in den Westen gelangt. Die Methode basiert auf der Übertragung (auch Fernübertragung möglich) von Informationen von speziell codierten Karten („Sanjeevinis“) auf eine beliebige Trägersubstanz (z.B. Globuli, Wasser). Das komplette System umfasst derzeit 324 Karten: 60 Body Part Sanjeevinis (Körperteile) und 264 Krankheits-Sanjeevinis. Die Aktivierung der Übertragung erfolgt mit einer entsprechenden mentalen Einstellung. Nach einer Einführung in die Arbeitsweise des Heilsystems werden spezifische Kombinationen für die Teilnehmer*innen hergestellt.



Jedes Stück
ein Unikat

RUß, A-3970 WEITRA
BÖHMSTRÄE 77/78
Tel.: 0 2 8 5 6 / 2 4 7 2
www.russ-weitra.at

Der nachhaltige
RESSOURCEN
MARKTPLATZ

BIOEM

Save the date!

4. bis 7. Juni 2026
Großschönau

DER EINFACHSTE WEG ZU DIR SELBST – MIT MEDITATION, INTUITION UND BEWUSSTSEIN MEHR AUS DEINEM ALLTAG MACHEN

mit Michael Stingeder

Der Alltag beschäftigt uns jeden Tag – und oft hat er uns im Griff. Das führt dazu, dass wir unsere Mitte verlieren und die Stimme unseres Inneren nicht mehr hören. Erschöpfung, Niedergeschlagenheit oder sogar depressive Verstimmungen können die Folge sein.

Dabei ist der Weg zu dir Selbst viel einfacher, als viele glauben:
Mit Bewusstsein, Achtsamkeit und Intuition lernst du, wie du die Qualität deines Alltags verändern kannst.

Du gewinnst neue Energie, Klarheit und Freude – ohne großen Zeitaufwand, sondern mit Leichtigkeit und Einfachheit. Somit findest du Wege, mit kleinen Impulsen große Wirkung im Alltag zu erzielen und bekommst mehr innere Ruhe, Klarheit und Vertrauen zu dir Selbst!

Kursinhalte:

- Die einfachste Übung zu dir Selbst
- Reichen 10 Minuten wirklich?
- Grundlagen der Meditation
- Mythen, Vorstellungen und zu hohe Erwartungen rund um Meditation
- Das 3-Ebenen-Modell als Lebensgrundlage zur Selbsterkenntnis
- Grundlagen der Intuition
- Kann man Intuition trainieren? – Praktische Zugänge
- Die Entwicklung des Bewusstseins und die Lernaufgaben des Lebens



DAS SCHAMANISCHE MEDIZINRAD – EIN WEG ZUR INNEREN BALANCE UND BEWUSSTSEINSENTWICKLUNG

mit Wolfgang Müller

Das schamanische Medizinrad ist ein uraltes Symbol und spirituelles Werkzeug, das in vielen indigenen Kulturen Nord- und Südamerikas als Landkarte für das Leben, die Heilung und die persönliche Entwicklung gilt. Das Seminar bietet den Teilnehmer*innen die Gelegenheit, auf einer tiefen Ebene mit sich selbst, der Natur und den universellen Kräften in Verbindung zu treten.

Im Seminar lernen sie den Grundaufbau, die Bedeutung der Steine im Rad im äußeren und inneren Kreis sowie in den 4 Himmelsrichtungen kennen.

In der Praxis erfolgt die meditative Begehung wo teilnehmerspezifische Themen erkannt, bearbeitet und reflektiert werden können.

Das Seminar findet in 4252 Liebenau statt. Bei Schlechtwetter muss der Termin verschoben werden.



Michael Stingeder

Selbstständiger Energetiker, Dipl. Erwachsenen-Bildungstrainer, Lebens-& Sozialberater, Intensivausbildung Bereich Schamanismus - Schwerpunkt nepalesischer u. tibetischer Buddhismus, Lebensweisheit u. Philosophien, Lehrgangsleiter Dipl. Humanenergetiker WIFI Linz

TERMINE

MEDITATION

16. - 17.01.2026

KURSZEITEN

FR 14.00-21.00 Uhr
SA 09.00-18.00 Uhr

KURSGEBÜHR

€ 285,00 pro Person/Kurs

MITZUBRINGEN

Decke, Sitzkissen



DI Wolfgang Müller

Ausbildung a. d. Akademie für Seelen-Schamanismus in spiritueller & schamanischer Energearbeit, Reikimeister

TERMINE

DAS SCHAMANISCHE MEDIZINRAD

08.05. - 09.05.2026
03.07. - 04.07.2026

KURSZEITEN

FR 14.00-18.00 Uhr
SA 09.00-18.00 Uhr

KURSGEBÜHR

€ 190,00 pro Person



Martina Reiterer, MBA

Akademischer Mental Coach, psychologische Beraterin, Lachtrainerin, Kinesiologin, Präventions- und Neurosomatic Coach; Business Coach und Buchautorin

TERMINE

AUGENGESUNDHEIT & WECHSELJAHRE

26.09.2026

KURSGEBÜHR

160 € pro Person/Kurs

KURSZEITEN

SA 09.00-17.00 Uhr

MITZUBRINGEN

Bequeme Kleidung

AUGENGESUNDHEIT & WECHSELJAHRE - SEHKRAFT ERHALTEN TROTZ HORMONCHAOS

mit Martina Reiterer

Die Wechseljahre sind eine Zeit des Wandels – nicht nur für den Körper, sondern auch für die Augen. Viele bemerken in dieser Phase trockene Augen, verschwommenes Sehen oder höhere Lichtempfindlichkeit. Oft ist der Zusammenhang mit hormonellen Veränderungen unbekannt.

In diesem Seminar lade ich zu einer Auszeit für Ihre Augen ein. Ich zeige Ihnen, wie Sie Ihre Sehkraft mit einfachen Übungen unterstützen können – sanft, effektiv und sofort spürbar. Neben viel Praxis erhalten Sie wertvolles Wissen über Ihre Augen und wie Sie diese im Alltag leichter entspannen und entlasten können.

Auch wenn die Wechseljahre für viele Frauen eine besondere Zeit voller Veränderungen sind, dürfen Sie Ihre Augengesundheit aktiv in die Hand nehmen. Mit Achtsamkeit, gezielten Übungen und kleinen Alltagsroutinen gelingt es, Ihre Augen strahlend und lebendig zu erhalten – für mehr Klarheit, Leichtigkeit und Freude im Sehen.

Ihr Nutzen im Überblick:

- Verstehen, wie hormonelle Veränderungen die Augen beeinflussen
- Übungen zur Stärkung der Sehkraft auf natürliche Weise
- Sanfte Übungen für entspannte und vitale Augen
- Mehr Energie und Wohlbefinden durch bewusste Augenpausen
- Ein liebevoller Blick auf sich selbst

KRÄUTER & CHAKREN - PFLANZENKRAFT FÜR DEINE ENERGIEZENTREN

mit Vera Müller-Schmid



Vera Müller-Schmid

Akademische Expertin für Wildkräuter und Arzneipflanzen, zertifizierte Kräuterpädagogin (LFI) und Biodiversitätsvermittlerin (ÖKL), landwirtschaftliche Facharbeiterin.

In diesem Workshop verbinden wir altes Kräuterwissen mit der Chakrenlehre. Entdecke diese Verbindung in einem ganzheitlichen Tagesworkshop. Zu Beginn beschäftigen wir uns mit den einzelnen Chakren. Du lernst im Zuge einer Kräuterwanderung bei uns am Sonnenhof, welche heimischen Pflanzen und ätherischen Öle die sieben Hauptchakren stärken können. Nach der Mittagspause (außer Haus) stellst du für jedes Chakra ein passendes Naturprodukt her. z.B. Tee, Roll-On, Räucherhermischung und Weitere – stärkend, klarend, harmonisierend. Mit heimischen Kräutern, ätherischen Ölen und Achtsamkeit schaffen wir Raum für Balance, Energie und Kreativität.

Da dieses Seminar auch eine Kräuterwanderung samt Sammeln von Kräutern beinhaltet, ist der Kursort der Sonnenhof Almkräuter e.U. in 4252 Liebenau, Geierschlag 6.



TERMINE KRÄUTERGARTEN

27.06.2026

26.09.2026

KURSZEITEN

SA 09.00-16.00 Uhr

KURSGEBÜHR

€ 150,00 pro Person/Kurs

€ 15,00 Materialbeitrag (vor Ort)

Dieses Wochenende ist für Anfänger sowie für Fortgeschrittene geeignet. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Die meisten Übungen finden im Stehen statt, bei körperlicher Schwäche können die Übungen zum Teil auch im Sitzen durchgeführt werden.

Qigong wirkt sich positiv auf die Wirbelsäule, Muskulatur und Gelenke aus, beruhigt den Geist, hilft Stress abzubauen und die Gedanken zu beruhigen, regeneriert das Nervensystem, löst Verspannungen und Blockaden, verbessert die Atmung und die Organfunktion, stärkt die Konzentrationsfähigkeit, besänftigt die Emotionen, reguliert sanft den Blutdruck, verhilft zu besserer Schlafqualität, unterstützt das Immunsystem, fördert die Gelassenheit und die Geduld, hebt die Stimmung, hilft das innere Gleichgewicht wieder herzustellen, harmonisiert Körper, Geist und das Herz, bringt Qi in Bewegung und wirkt sich allgemein positiv auf das Wohlbefinden aus.

NEUROGRAPHIK® mit Elisabeth Seidl

NeuroGraphik® ist eine neue kreative Methode. Sie wird für das Lösen von Problemen und Konflikten sowie zur Analyse und Diagnose von eigenen Themen eingesetzt. Neue Denkimpulse können damit in uns entstehen. NeuroGraphik® wurde von Prof. Dr. Pavel Piskarev entwickelt und basiert auf Erkenntnissen der Neuropsychologie, der analytischen Psychologie, der Gestalt- und Sozialpsychologie. Durch das neurographische Zeichnen werden neue Verknüpfungen geschaffen, Verbindungen und Aspekte erkennbar gemacht, die unser logischer Verstand vorher nicht sehen konnte.

NEUROBAUM - WACHSEN UND ENTFALTEN LERNE DIE WELT DER NEUROGRAPHIK® KENNEN

Starte einen Weg um deinen Zielen näher zu kommen. Gestalte, was du erreichen willst und entdecke dafür deine Ressourcen.

Tauche ein in die Welt der Neurographik und nutze den Tag für dich und einem Thema bei dem du gerne weiterkommen möchtest. Du erfährst

- Die Grundprinzipien der Neurographik und
- Du lässt mehrere Neurobäume entstehen und lernst
- Ressourcenarbeit mit Hilfe der Neurographik.

Du aktivierst beim Zeichnen dein kreatives Potential (musst aber nicht zeichnen können). Du erlernst ein Tool, das du selbstständig zu jedem beliebigen Thema in Zukunft anwenden kannst.

NEUROGRAPHIK® BASISKURS

NeuroGraphik® ist Kreativität, Inspiration und Problemlösung. In der NeuroGraphik® zeichnen wir zu einem Thema von uns. Wir können dabei alte Denkmuster spielerisch durchbrechen, damit neue Gedanken, neue Optionen sichtbar werden! Der Basiskurs eignet sich für alle, die einen neuen Weg suchen eigene Themen zu lösen, die ihre inneren Bilder und Gedankenstrukturen visualisieren möchten oder in Gedankenschleifen festhängen und etwas daran ändern wollen. Aktivieren und Erleben der eigenen Kreativität! Nach dem Basiskurs kannst du den 1. Algorithmus der NeuroGraphik® für jedes beliebige eigene Thema anwenden. Zum Abschluss erhält jede teilnehmende Person auf Wunsch ein offizielles Zertifikat.

Kursinhalt:

- Einführung in die Theorie der NeuroGraphik® & das Neurographische Alphabet
- Der Basisalgorithmus
- Algorithmus #1: Auflösen von Einschränkungen (AVE) & Variationen
- Der Absichts-Check
- Entwickeln eines eigenen Themas (Case)
- Supervision aller Arbeiten

Mitzubringen: A3 Unterlage, A4 Zeichenblock, schwarze Fineliner (0,4 mm-1 mm), schwarzen Permanentmarker (3 mm), Buntstifte, Spitzer, Textmarker (versch. Farben)

TERMINE

QIGONG

14.-15.03.2026

20.-21.06.2026

KURSZEITEN

SA, 09.30-18.30 Uhr

SO, 9:00-16:00 Uhr

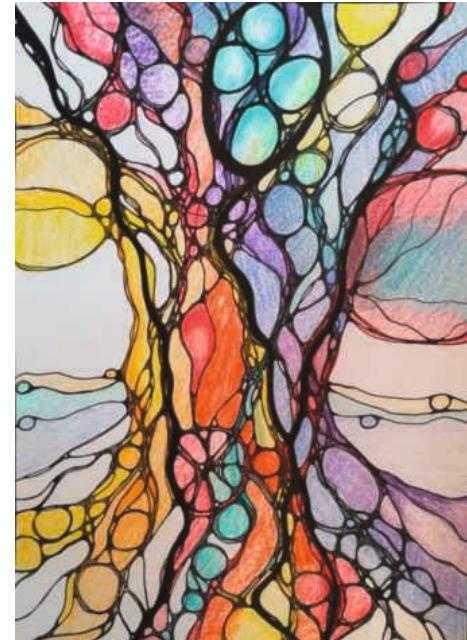
KURSGEBÜHR

€ 300,00 pro Person/Kurs

Elisabeth Seidl

im Bild, S. 6

Freiberufliche Heilmasseurin, Ausbildung in Transpersonelle Persönlichkeitsentwicklung und Begleitung Innerer Reisen, NeuroGraphik® Trainerin, NeuroGraphik® Spezialistin für Kinder, Jugendliche und das Innere Kind sowie Ästhetische Coachin.



TERMINE

NEUROBAUM

28.03.2026

KURSZEITEN

SA 09.00-18.00 Uhr

KURSGEBÜHR

€ 130,00 pro Person/Kurs

NEUROGRAPHIK® BASISKURS

24.-26.04.2026

KURSZEITEN

FR 17.00-20.00 Uhr, SA 09.00-17.00 Uhr, SO 09.00-12.00 Uhr

KURSGEBÜHR

€ 240,00 pro Person/Kurs

Wohlbefinden & Persönliche Weiterentwicklung

Wir Menschen sind bestrebt Neues zu lernen und zu entdecken. Es ist wie eine Entdeckungsreise, die uns heraus aus dem Alltagstrott und zu uns selbst führt.

Durch neu erworbene Kenntnisse in unseren BETZ-Kursen entwickeln Sie sich nicht nur weiter oder eignen sich neue Fähigkeiten an, sondern steigern auch Ihre innere Zufriedenheit und Ihr persönliches Wohlbefinden von Körper und Seele. Entdecken Sie die Vielfalt an unseren Kursen zur persönlichen Weiterentwicklung!



Markus Leonhartsberger
kommt aus Linz und ist Wander- und Schneeschuhführer, Naturvermittler und arbeitet als Kommunikationstrainer

TERMINE

MEINE WERTE-MEINE STÄRKEN
18.04.2026

ICH GEHE MEINEN WEG
29.08.2026

KURSZEITEN
09.00-18.00 Uhr

KURSGEBÜHR
€ 190,00 pro Person/Kurs

MEINE WERTE-MEINE STAERKEN mit Markus Leonhartsberger

Im Seminar beschäftigen wir uns mit der Bedeutung von Werten wie Klarheit, Vertrauen, Sinn, Wahrhaftigkeit und Mut. In der Natur erkunden wir in Einzel- und Gruppenarbeit positive, immaterielle Werte, die als stärkend, inspirierend und klarend erlebt werden. Durch Methoden wie Reflexion und Austausch wird Raum für individuelle Erfahrungen geschaffen, mit dem Ziel, mehr Klarheit, Orientierung und Energie für das eigene Leben zu gewinnen. Am Ende des Seminars nehmen die Teilnehmenden die als stärkend empfundenen Werte und die Erkenntnisse in Form eines persönlichen, manifestierten Ausdrucks mit.

Dieses Seminar ist für dich geeignet, wenn du...

- dich mit dir auseinandersetzen und dich mehr in deiner Tiefe kennenlernen willst
- dich an einige möglicherweise vergessene Kraftquellen erinnern und zusätzlich vielleicht neue finden willst
- „verborgende „Schätze“ in dir heben und sie erleben willst
- Authentizität verstärkt leben willst und mehr Bewusst-Sein anstrebst

ICH GEHE MEINEN WEG! mit Markus Leonhartsberger

Das Werteseminar bietet dir die Möglichkeit, mehr Klarheit, Stärkung und Orientierung für deinen eigenen Lebensweg zu gewinnen. Es schafft ein Fundament, auf dem du eigenverantwortlich Entscheidungen treffen und deinen Weg authentisch und erfüllend gestalten kannst, sei es im Beruf, in der Familie oder in persönlichen Zielen. Wir arbeiten ausschließlich mit positiven, immateriellen Werten, die dir bei deinem Vorwärtsgehen helfen. In der Natur nutzen wir verschiedene angeleitete Methoden. Am Ende kannst du mehr Klarheit, Energie und innere Sicherheit gewinnen und die als stärkend empfundenen Werte in Form eines manifestierten Ausdrucks mitnehmen.

Eine ausführliche Kursbeschreibung zu diesen beiden Kursen finden sie unter:
www.betz.at/Seminare&Kurse/Terminübersicht

„INNERER FRIEDE“ QIGONG & GESUNDHEITS-QIGONG Meditation & Entspannung mit Tamara Pfeiffer

Stress abbauen - entspannen - Kraft tanken

Qigong ist der Sammelbegriff für alle jahrtausende alten chinesischen Gesundheitsübungen zur Kultivierung von Körper, Geist und Herz. Es ist eine Konzentrations-, Meditations- und Bewegungsform, eine Heil- und Selbstheilungsmethode. Es werden die Atmung, die Arbeit mit inneren Bildern (Vorstellungskraft) und sanfte, weich fließende Bewegungen miteinander verbunden.

Kursinhalt:

- Theorie
- Klopfmassage und Meridian-Dehnung
- Körper mobilisieren
- Qigong Übungsabfolgen aus dem "innerer Friede" Qigong und Gesundheits-Qigong/medizinischem Qigong
- Achtsamkeitsübungen
- Meditation in Ruhe und Bewegung
- geführte Tiefenentspannung



Tamara Pfeiffer
Medizinische Masseurin, Qigong und Meditations-Übungsleiterin,
selbstständige Tätigkeit in Massage & Qigong Fachpraxis in Allentsteig
www.massage-allentsteig.at



HOLI Health Seminare mit Susanne Pinger MSc

Ganzheitlich gesund leben – im Rhythmus der Natur, getragen von Salutogenese-Gesundheitsförderung, Achtsamkeit und Selbstfürsorge.

Gesundheit ist mehr als Abwesenheit von Krankheit – sie ist ein gelebter Weg, geprägt von Selbstverantwortung, innerer Ordnung und einem achtsamen Umgang mit Körper, Geist und Seele.

In meinen Seminaren steht die salutogenetische Frage im Zentrum: Was erhält uns gesund? Dieser salutogenetische Ansatz fördert Selbstfürsorge, Selbstverantwortung, innere Ordnung und ein bewusstes Erleben von Körper, Geist und Seele – eingebettet in den natürlichen Rhythmus des Lebens.

Mit traditioneller Naturheilkunde, moderner Gesundheitswissenschaft, Achtsamkeit und alltagstauglichen Methoden bringen wir Körper, Geist und Seele in Einklang.

Die 5 Säulen der Gesundheit, ganzheitlich integrative Medizin und innere Ordnung schaffen Räume wo Regeneration, Resilienz und Lebensfreude wachsen dürfen.

Ob zur Stärkung deiner Selbstfürsorge, zur Rückverbindung mit deiner inneren Mitte oder zur bewussten Gesundheitsgestaltung – diese Seminare laden dich ein, Gesundheit ganzheitlich zu erleben:

Erlebe Gesundheit neu - ganzheitlich, lösungsorientiert und alltagstauglich.

FRÜHJAHR: 1-TAGES-SEMINAR

Kraftvoll in den Frühling – Impulse für deine Gesundheit

Ein praxisnaher Einstieg in ganzheitliche Gesundheitsförderung.

Dieser Seminartag lädt dich ein, deine Gesundheit bewusst zu gestalten – mit einfachen Methoden zur Stärkung von Körper und innerer Ordnung.

Frühjahrs-Detox, Lebensordnung, alltagstaugliche Rituale und heilende Impulse aus der Natur schenken neue Energie und verbinden dich wieder mit deiner Lebenskraft.

HERBST: 1-TAGES-SEMINAR

Zur Ruhe kommen - Innere Ordnung im Wandel der Jahreszeit

Ein achtsamer Tag im Zeichen der seelischen und geistigen Gesundheit.

Wir reflektieren unsere Lebensordnung, stärken das seelische Immunsystem mit wärmenden Heilpflanzen, Atemübungen und Naturritualen. Die 5 Säulen dienen als Orientierung für diesen Übergang in die dunklere Jahreszeit.

FRÜHJAHR: 2-TAGES-SEMINAR

Vitalkraft & Lebensordnung – Gesundheit von innen aufbauen

Ein vertiefendes Seminar zur ganzheitlichen Gesundheitsförderung:

Mit Detox-Elementen, naturheilkundlicher Praxis und innerer Ordnung stärken wir die Selbstregulation des Körpers. Die 5 Säulen der Gesundheit: Wasser, Bewegung, Heilpflanzen, Ernährung und Lebensordnung bilden den roten Faden und begleiten uns auf dem Weg zu mehr Selbstwirksamkeit und Balance.

HERBST: 2-TAGES-SEMINAR

Seelische Gesundheit stärken - Einklang von Geist, Herz & Ordnung

Ein vertiefender Raum für Resilienz, spirituelle Ordnung und inneres Loslassen. Die 5 Säulen begleiten uns auf dem Weg zu mehr Klarheit, Vertrauen und innerer Stärkung. Mit Naturimpulsen, Reflexion, Atemarbeit und achtsamer Gemeinschaft gestalten wir einen bewussten Jahresausklang.

Susanne Pinger MSc

Expertin für ganzheitliche Gesundheitsförderung und Lebensstiloptimierung
Diplomierte Gesundheits- und Krankenpflegerin (DGKP)
Master of Science für Ganzheitliche Therapie und Salutogenese.

Ich stehe für eine neue Gesundheitskultur, die Körper, Geist, Seele und soziale Beziehungen eingebunden in Natur und Kosmos als untrennbare Einheit versteht.

Seit über 30 Jahren begleite ich Menschen in ihre Selbstverantwortung, Lebensordnung und innere Balance.

Als Expertin für ganzheitliche Gesundheitsförderung arbeite ich salutogenetisch – lösungs- und ressourcenorientiert. Im Fokus steht nicht das Kranksein, sondern die Frage: Was hält uns gesund?

Ich verbinde traditionelles Heilwissen mit moderner Gesundheitsbildung, integrativer Medizin, Achtsamkeit und spiritueller Tiefe.

In meinen Seminaren entstehen Erfahrungsräume für Regeneration, Bewusstsein und Lebensfreude – mit Klarheit, Praxisnähe und einer Prise Leichtigkeit.

www.susannepinger.com

TERMINE

FRÜHJAHR: 1-TAGES-SEMINAR (Einstieg)

SO 12.04.2026 9:00 - 17:00 Uhr

KURSGEBÜHR

€ 150,00 pro Person (inkl. Unterlagen)

FRÜHJAHR: 2-TAGES-SEMINAR (Vertiefung)

SA 13.06.2026 9:30 - 18:00 Uhr

SO 14.06.2026 9:00 - 17:00 Uhr

KURSGEBÜHR

€ 280,00 pro Person (inkl. Unterlagen)

HERBST: 1-TAGES-SEMINAR (Einstieg)

SA 24.10.2026 9:00 - 17:00 Uhr

KURSGEBÜHR

€ 150,00 pro Person (inkl. Unterlagen)

HERBST: 2-TAGES-SEMINAR (Vertiefung)

SA 14.11.2026 9:30 - 18:00 Uhr

SO 15.11.2026 9:00 - 17:00 Uhr

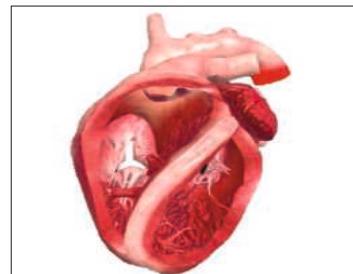
KURSGEBÜHR

€ 280,00 pro Person (inkl. Unterlagen)



HERZGESUNDHEIT

Erfahren Sie mehr über Prävention und Nachsorge zum Thema Herzgesundheit. Lernen Sie Krankheitsbilder kennen und erfahren Sie, wie man sorgsam mit seiner Gesundheit umgeht und man seinen eigenen Gesundheitszustand verbessern kann.



Johannes Gattringer

Dipl. Gesundheits- & Krankenpfleger;
11 Jahre Berufserfahrung im kardiologischen Bereich

„Ziel meiner Workshops ist es, Menschen zu sensibilisieren, um bewusster mit ihrer Gesundheit umzugehen“.

TERMINE

HERZGESUNDHEIT

23.01.2026
27.03.2026
16.10.2026
20.11.2026

KURSZEITEN

FR 19.00-21.30

KURSGEBÜHR

€ 30,00 pro Person/Kurs

WORKSHOP MIT VR- BRILLE mit Johannes Gattringer DGKP

Die Teilnehmer bekommen ein medizinisches Basiswissen über unser Herz-Kreislauf-System vermittelt. Mithilfe einer VR-Brille können die komplexen Vorgänge, virtuell und dreidimensional, mittels einer Animation dargestellt werden. Ziel ist es, dass jeder Einzelne besser auf seinen Körper hört und körpereigene Signale deuten kann.

Kursinhalt:

- Vermittlung eines medizinischen Basiswissens
- Funktionsweise des Herzens durch 3D Animation veranschaulichen
- Aufbau und Funktionsweise der Arterie und Vene und deren Risikofaktoren verstehen lernen
- praktische Alltagsbeispiele betroffener Personen, um besseren Bezug zu schaffen
- „leiser Killer“ Bluthochdruck und dessen Folgen – was kann ich dagegen tun?
- Warum ist Bewegung und Sport so wichtig?
- Richtige Pulsmessung und Umgang mit Trainingsfrequenzen
- Austausch unter den Teilnehmern – Fragestellungen – jeder kann VR-Brille ausprobieren

PranaVita®

Mit Herzenergie ins innere Gleichgewicht

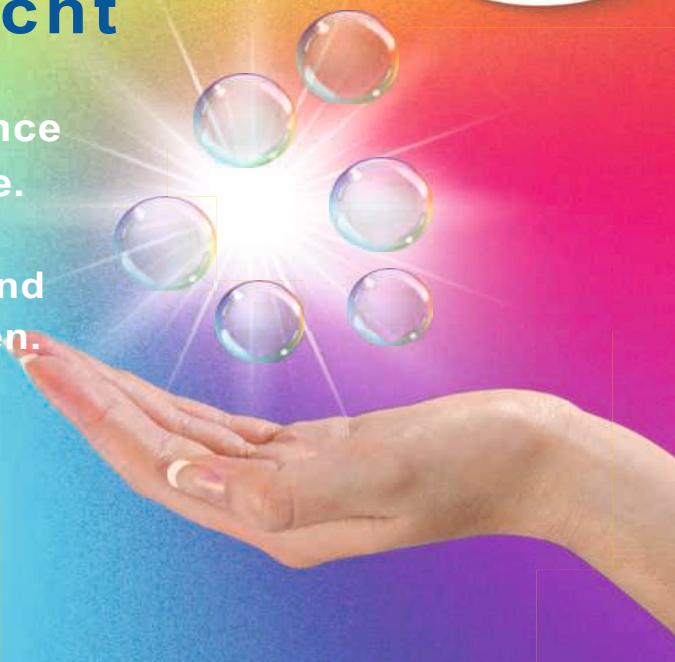
**Energieheilmethode für die Balance zwischen Körper, Geist und Seele.
Fühle, wie sich innere Ruhe und Lebenskraft entfalten, wenn Herz und Bewusstsein im Einklang schwingen.**

**Internationale Prana Schule Österreich.
32 Jahre Erfahrung in Energiearbeit und Bewusstseinsentwicklung.**

www.pranavita.at



PranaVita
GESUND BLEIBEN • GESUND WERDEN
STRESS BEWÄLTIGEN



SANFTES YOGA für Einsteiger

mit Kim-Laura Stoltenberg *HungryHeartsYoga*

In der hektischen Welt fühlen wir uns oft gestresst und innerlich unruhig. Yoga bietet die Möglichkeit innere Ruge zu finden und sich eine bewusste Auszeit zu nehmen.

Für jeden Körper – für jede Erfahrungsstufe

Alle Positionen werden individuell an Ihre Bedürfnisse angepasst – mit Hilfsmitteln, Variationen oder alternativen Haltungen. Jeder kann mitmachen, unabhängig von Alter, Flexibilität oder Vorerfahrung. Ihr Körper wird gestärkt, mobilisiert und sanft gedehnt, ganz in Ihrem persönlichen Tempo.

ABLAUF:

- 14:00 Uhr Ankommen & Tee
- 14:15 Uhr Theorie & Variationen
- 14:30 Uhr Sanfte Yogastunde
- 15:45 Uhr Tee & Snackpause
- 16:00 Uhr Slow Flow into Yin



Kursinhalte:

- Achtsamkeits- und Atemübungen
- Grundhaltungen mit Variationen und Anpassungsmöglichkeiten
- Energetisierende Yogapraxis mit individuellen Modifikationen für jeden Teilnehmer
- Entspannende Yin-Elemente
- Austausch in der Gruppe

Zielgruppe: Absolut jeder ist willkommen. Besonders geeignet für Anfänger, Wiedereinsteiger und alle, die Grundlagen erlernen möchten (0-3 Jahre Erfahrung).

STABILE SEITENLAGE FÜR DIE SEELE

mit Carmen & Markus Hofbauer

Kennst du das Gefühl, dass du nur noch funktionierst? Dass du immer alles im Griff haben musst – und trotzdem das Wichtigste verlierst: dich selbst? In diesem zweiteiligen Seminar begleiten wir dich raus aus der ständigen Überforderung – und zurück zu innerer Ruhe, echter Kraft und klarer Selbstführung.

Gemeinsam entdecken wir, warum du in bestimmten Mustern feststeckst.

Und du lernst, wie du deine Energie schützt – ohne egoistisch zu sein.

Mit Tools aus Psychologie, Atemarbeit und Alltagsreflexion zeigen wir dir Wege, wie du wieder sicher bei dir selbst an kommst – egal, was außen los ist.

Kursinhalte:

- Stressbewältigung im Alltag
Erlerne Techniken, um alltäglichen Stress effektiv zu managen.
- Umgang mit Emotionen
Finde Wege, besser mit Deinen Emotionen umzugehen, und in emotionalen Situationen ruhig zu bleiben.
- Beruflicher Erfolg
Nutze Deine innere Ruhe und Kraft für Deinen beruflichen Erfolg.
- Starke Beziehungen
Behalte in hitzigen Diskussionen die Kontrolle und sei ein Fels in der Brandung.

Was Du mitnimmst:

- Einfach anwendbare Tools für den Alltag
- Wege zu innerer Ruhe
- Strategien um wieder voller Energie und Kraft zu sein

Kim-Laura Stoltenberg

Seit 7 Jahren leidenschaftliche Yogalehrerin im Waldviertel. Alignment | Vinyasa | Female & Yin | Pre- und Postnatal Yoga
www.hungryhearts.yoga

Mein Ziel: Ganzheitliches Yoga für jeden zugänglich machen – mit unzähligen Variationen findet jeder seinen Weg zur Entspannung.

TERMINE

SANFTES YOGA

SO 08.11.2026

KURSGEBÜHR

€ 65,00 pro Person

KURSZEITEN

14.00-17.00 Uhr

MITZUBRINGEN

bequeme Kleidung, 1 Decke, 1 Polster



Carmen Hofbauer

Pflegeassistentin, Heilmasseurin, Achtsamkeitstrainerin, Paartherapeutin, Mental Health Trainerin, Woman Health Trainerin, Projektor 2/4

Dr. Markus Hofbauer

Klinischer & Gesundheitspsychologe, Arbeitspsychologe, Paartherapeut Achtsamkeitstrainer, Hypnose Therapeut, Mental Health, Trainer, Men Health Trainer, Generator 1/3

TERMINE

STABILE SEITENLAGE FÜR DIE SEELE 1

SA 11.04.2026, SA 19.09.2026

STABILE SEITENLAGE FÜR DIE SEELE 2

SA 30.05.2026, SA 21.11.2026

KURSZEITEN

10.00-16.00 Uhr

KURSGEBÜHR

€ 170,00 pro Person/Kurs

Durch einen gesunden Lebensstil erlangen Sie mehr Wohlbefinden für Ihren Körper & Geist. Unterstützen Sie Ihren Körper nicht nur bei Krankheit, sondern handeln Sie vorbeugend und nachhaltig.

Erhalten oder steigern Sie Ihre Lebensqualität durch Bewegung und Sport, entdecken Sie Heilmethoden, wie Yoga und finden Sie heraus, wie Sie durch Übungen dieser Lehren Ihren Körper und Geist stärken können. Lernen Sie Methoden aus der komplementären Medizin kennen und erfahren Sie, wie Sie dadurch Ihre Gesundheit erhalten und bei Krankheit Ihre Selbstheilungskräfte aktivieren können.



Marlies Müllner, BEd

Aromafachberaterin, Mutter von 4 Kindern, Volksschullehrerin

„Ich liebe die Begegnungen mit Menschen, die Tiefe darin. Diese Tiefe erlebe ich auch in der Selbstfürsorge mit ätherischen Ölen. Das größte Geschenk in der Anwendung ist die schnelle Entspannung und Regeneration, um kraftvoll meine Tage meistern zu können. Letztendlich habe ich mich nach vielen Jahren im Hamsterrad als Mama und Ehefrau wieder selbst gefunden.“

TERMINE

ESSENTIAL BALANCE

07.03.2026

NÄTURLICH DURCH DEN WINTER

07.11.2026

KURSGEBÜHR

€ 80,00 pro Person/Kurs inkl. Roll-On

KURSZEITEN

SA 14.00-18.00 Uhr

Essential Balance für Frauen mit Marlies Müllner

Was wäre, wenn wir uns von innen heraus wohlfühlen würden? Wenn wir ein wenig Zeit für uns hätten und uns selbst etwas Gutes tun können? Einfach, natürlich & wirksam – so können wir wieder ganz in unsere weibliche Kraft und in unser Strahlen finden. Ätherische Öle haben nicht nur eine wunderbare Wirkung auf unsere Emotionen, sie können unter anderem auch die Hormonbalance auf natürliche Weise fördern. Wir haben damit die volle Power der Pflanze zur Verfügung, die uns unterstützt, zu unserer weiblichen Power zurückzufinden, durch und durch Frau zu sein und uns wohl in unserem Körper zu fühlen sowie in Balance zu sein.

Kursinhalt:

- Die 5 Säulen eines gesunden Lebens unterstützt durch ätherische Öle
- Anwendung und Rezepte für körperliche und emotionale Anliegen
- Selbstreflektion
- Selbstfürsorgerituale zur Erdung, Entspannung, Aktivierung und für emotionale Balance
- Erstellen eines Roll-On's mit einer selbst gewählten Mischung für zu Hause

Natürlich durch den Winter – Ätherische Öle für die kalte Jahreszeit mit Marlies Müllner

Wohltuende Düfte und Anwendungen für innere Stärke und allgemeines Wohlbefinden

Wenn draußen Kälte und Dunkelheit vorherrschen, ist es umso wichtiger, den Körper und die Seele liebevoll zu unterstützen. In diesem Workshop lernst du ätherische Öle kennen, die dich durch die herausfordernden Wintermonate begleiten können – mit Düften, die Geborgenheit schenken, ein Gefühl von Leichtigkeit beim Atmen vermitteln und innere Stärke sowie Widerstandsfähigkeit fördern.

Inhalt des Workshops:

- Ätherische Öle, die dich in der kalten Jahreszeit auf körperlicher & emotionaler Ebene begleiten
- Inspirationen für stärkende Alltagsrituale
- Anwendungen wie Roll-Ons, Bäder, etc.
- Rezepte für dein persönliches Winter-Wohlfühl-Set
- Kleine Übungen für Erdung, Entspannung & Balance

PRANA VITA mit Karin Steinhauser

Manchmal erwarten wir uns mehr vom Leben, wenn wir kraftlos, müde uns ausgepowert sind. Wenn wir in Konflikten oder Situationen feststecken, krank sind oder uns einfach in unserer Haut nicht wohl fühlen. Wir wünschen uns, es käme jemand vorbei, der uns von all dieser Last befreit, uns Leichtigkeit und Kraft schenken. Dabei übersehen wir, dass all diese Kraft in uns selbst steckt!

Prana Vita ist ein ganzheitliches Energieheilsystem zur Vorsorge und Behandlung stressbedingter Erkrankungen, das altes Wissen aus indischen und chinesischen Traditionen mit den Erkenntnissen der modernen Wissenschaft vereint. Es ist eine Möglichkeit der Energieheilung, noch bevor sich Krankheiten körperlich manifestieren. Deshalb wird Prana Vita auch in der Vorsorge, Gesundwerdung, Stress-Bewältigung und Behandlung von -Burn-Out-Erkrankungen eingesetzt.



Karin Steinhauser

Seit 2006 unterrichtet sie als selbstständige Energetikerin. Durch ihre Kinder beschäftigte sie sich schon früh mit dem Thema Mensch, Gesundheit und alternativen Heilmethoden. Symbole, Mandalas und verschiedene energetische Techniken lernte sie so kennen.



PRANA VITA 1 (Keine Vorkenntnisse nötig)

- Wahrnehmung von Körper & Auren
- Erfühlen der Lebensenergie des Chakras
- Reinigen & Vitalisieren des Energiekörpers
- Selbstheilung & Anwendung der Techniken bei anderen Menschen
- Selbstermächtigung, Ethik & Bewusstsein
- Atemtechniken
- Körperübungen & Schutz
- Persönlichkeitsentwicklung & Stress-Reduktion

PRANA VITA 2 (Voraussetzung Prana Vita 1)

- Verwendung von speziellen Farben
- Lebenskraftstärkende Techniken zur energetischen Unterstützung
- chronischer oder ernsthafter Unausgewogenheit
- Prana Vita Klangtherapie
- Drüsen- & Nervengeflechte, Stress-Release
- Kleiner Energiekreislauf
- Energetische Schutztechniken
- Bewusstseinsübungen für den Alltag

PRANA VITA 3 (Voraussetzung Prana Vita 2)

- Wie Chakras & Psyche sich gegenseitig beeinflussen
- Psychische Ursachen von Krankheiten aus energetischer Sicht
- Gedankenformen, Gedankenkontrolle & Schutz
- Reinigen und Vitalisieren der Energien bei Suchtverhalten, Depressionen, Ängsten, Stimmungsschwankungen, ...
- Wissen um Fremdenergien, Erkennen & Auflösung
- Übungen zur Wahrnehmung des inneren Körpers
- Effiziente Übungen zur Prävention

TERMINE

PRANA VITA 1
06.-08.03.2026

PRANA VITA 2
01.-03.05.2026

PRANA VITA 3
16.-18.10.2026

KURSGEBÜHR
€ 330,00 pro Person/Kurs

KURSZEITEN
FR 16.30-21.00 Uhr
SA 10.00-18.00 Uhr
SO 10.00-13.30 Uhr

Bei Buchung des Gesamtpaketes Prana Vita 1-3 erhalten Sie 10% Ermäßigung!



HOLISTIC PULSING

Holistic Pulsing ist eine besonders sanfte Manual - und Entspannungsbehandlung, die aus der Osteopathie heraus von Tovi Browning entwickelt wurde. Der Klient wird durch systematische Griffen in eine schwingende Bewegung versetzt. Jeder Körper schwingt individuell und dies wird durch das Pulsen verstärkt. Diese Schwingung gerät bei physischen oder psychischen Problemen ins Stocken.

HOLISTIC PULSING mit Karin Opelka

Durch Holistic Pulsing können solche Blockaden sanft gelöst werden, unser Körper kommt wieder in eine natürlich durchlässige Schwingung. Holistic Pulsing ist auch deswegen so einzigartig, weil man absichtslos, ohne zu diagnostizieren, die Selbstheilungskräfte des Klienten anregt. Der Gepulste muss dabei nichts tun, es „nur“ geschehen lassen. Wer eine in Achtsamkeit, Respekt und liebevoller Zuwendung gegebene Pulsing-Sitzung erfahren hat, wird das erlebte Wohlbefinden und die Fokussierung auf das eigene Selbst nicht mehr missen wollen. Nach Besuch dieses Seminars können Sie bereits Körperpulsing-Sitzungen geben. Diese Ausbildung wird vom Holistic Pulsing Institute anerkannt.

Anwendungsbeispiele:

- bei allen Arten von physischen & psychischen Problematiken (wie Muskelverspannungen, Gelenksproblemen, Burn-Out, Stress, usw.)
- in der Schwangerschaft oder
- in Kombination mit anderen Techniken wie Craniosacral-Therapie oder Klangschalenmassage

Zielgruppe:

- MasseurInnen
- EnergetikerInnen
- Ergo- und PhysiotherapeutInnen
- Craniosacral AnwenderInnen
- Hebammen
- PädagogInnen
- alle Pflegeberufe sowie
- alle Interessierten

ET Karin Opelka

Ergotherapeutin, Lehrbeauftragte Holistic Pulsing (Richard Karner, Jan Vonk), CranioSacrale Osteopathie, Viscerale Manipulation, Klangschalenmassage, AlexanderTechnik, Narbenentstörung, Sensorische Integrationstherapie, Rotatherapie, Still- & Trageberatung, Emotionale Erste Hilfe und Basic Bonding, eig. Praxis in Gmünd, Anstellung LK Gmünd, Lehtätigkeit SOB, Vortragstätigkeiten, geb. 1977, Mutter von 7 Kindern
www.holistic-pulsing-institut.at

TERMINE

HOLISTIC PULSING
21.-22.03.2026
03.-04.10.2026

KURSGEBÜHR
€ 260,00 pro Person/Kurs

KURSZEITEN
SA 09.30-18.00 Uhr
SO 09.00-17.00 Uhr

MITZUBRINGEN
1 Decke, bequeme Kleidung, warme Socken



KSW! Schweren Lasten? Große Kräne.

Bauunternehmen **J. WINKLER**

Wir planen nach Maß - Bauen macht Spaß!

Tel.: 02815/70 70 www.winklerbeton.at

KINESIOTAPING

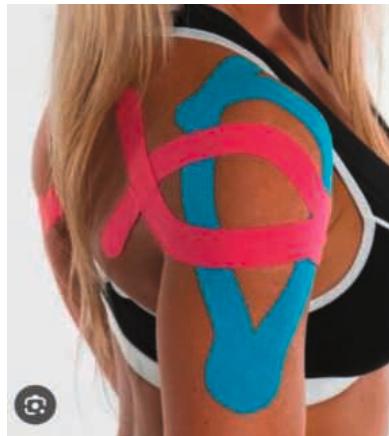
mit Peter Huber

Das Kinesiotape oder Medical Tape ist ein elasticsches Baumwollband mit einer Acryl-Klebeschicht, welches in Längsrichtung dehnbar ist.

Es wird vorbeugend, als auch heilungsunterstützend nach Verletzungen oder bei körperlichen Beschwerden auf Gelenke, Sehnen oder Muskelbereiche aufgebracht.

Dabei wirkt es stabilisierend und durchblutungsfördernd, ohne die Beweglichkeit einzuschränken.

Die verschiedenen Farben werden auf jede Person abgestimmt, je nach körperlichem Zustand. Das Tape ist wasserfest und bleibt 4 - 6 Tage auf der Haut.



In diesem Kurs werde ich euch zeigen, wie und wofür wir Tapeverbände verwenden können.

Wir werden Tapes für: Schulter, Arme, Finger, Rücken, Knie und Sprunggelenk anlegen.

Dieser Kurs verlangt keinerlei Vorkenntnisse, er kann von jedem besucht werden - ob Therapeut, Sportler oder Privatperson.



Peter Huber

Geb.: 25.02.1982

Seit 2009 selbständiger gewerblicher medizinischer Heilmasseur mit Lehrberechtigung
Bezirksinnungsmeister Zwettl

TERMINE

KINESIOTAPING

21.02.2026,
27.09.2026

KURSZEITEN

09.00-17.00 Uhr

KURSGEBÜHR

€ 170,00 pro Person

Berührend gut –

LERNEN SIE DIE KUNST DER KLASSISCHEN MASSAGE

mit Elisabeth Seidl (Kurzprofil und Bild S.6)

Wollten Sie schon immer wissen, wie Sie mit einfachen Handgriffen Verspannungen lösen und Wohlbefinden schenken können? In diesem Massagekurs für Einsteiger entdecken Sie die wohltuende Welt der klassischen Massage – ganz ohne Vorkenntnisse.

Unter fachkundiger Anleitung lernen Sie die drei Grundtechniken der klassischen Massage kennen:

- Ausstreichungen, um den Körper sanft vorzubereiten,
- Knetungen, um Muskeln zu lockern,
- Friktionen, um gezielt Verspannungen zu lösen.

Sie üben die Griffe gegenseitig in der Praxis, erfahren Sicherheit in den Techniken und erleben unmittelbar an sich selbst, die entspannende Wirkung bewusster Berührung.

Der ganze Körper ist im Fokus. Bei der Massage widmen wir uns den Armen und Beinen, dem Rücken und Nacken. Der sorgsame und fürsorgliche Umgang während des Arbeitens miteinander, ist mir ein wichtiges Anliegen.

Ergänzend dazu vermittele ich Ihnen wertvolles Wissen über die Achtsamkeit der Berührung, Ablauf einer Behandlung, Aufbau und Funktion der Muskulatur, Hinweise zu Hygiene und einer gesunden Körperhaltung beim Massieren.

Ob für den Partner, Freunde oder einfach für sich selbst – dieser Kurs bietet Ihnen die perfekte Grundlage, um Berührung bewusst und achtsam einzusetzen.

Entdecken Sie die wohltuende Wirkung bewusster Berührung.



TERMINE

KLASSISCHE MASSAGE

20.-22.03.2026
20.-22.11.2026

KURSZEITEN

FR 17.00-20.00 Uhr
SA 09.00-17.00 Uhr
SO 09.00-13.00 Uhr

KURSGEBÜHR

€ 290,00 pro Person/Kurs

MITZUBRINGEN

2 große Badetücher, 2 kleine Handtücher, 1 Decke, 1 Knierolle, 1 kleiner Polster, Massageöl, bequeme Kleidung, warme Socken



Paula Jetzinger

Gesundheitsbegleiterin, Dipl. MBT Trainerin, 2000 Dorn Breuss Ausbildung bei Dr. Danninger, bis 2010 jährliche Weiterbildung Dorn Breuss, seit 1998 Gruppentrainings in der Gesundheitsvorsorge.

TERMINE

DORN & BREUSS I

14.-15.03.2026
26.-27.09.2026

DORN & BREUSS II

16.-17.05.2026
24.-25.10.2026

KURSZEITEN

SA 09.00- ca. 18.00 Uhr
SO 09.00-16.00 Uhr

KURSGEBÜHR

€ 350,00 pro Person/Kurs

MITZUBRINGEN

1-2 Leintücher, Fußrolle, Decke, Kopfkissen, kleines Handtuch, Hausschuhe

MASSAGE NACH DORN & BREUSS

Heilen über die Wirbelsäule

Die Wirbelsäule ist nicht nur das zentrale Stützorgan des Körpers, sondern die stabile Schutzhülle für das Rückenmark, welches das übergeordnete Steuerungsorgan für alle Funktionen der Organe, Gewebe u. jeder Zelle ist. Schmerzen u. Funktionsstörungen (nicht nur im Bereich der Wirbelsäule) sind häufig verursacht durch eine Störung der aus dem Rückenmark herausführenden Nerven. Die Folge: Verschiebung, Fehlstellung oder Blockierung einzelner oder mehrerer Wirbel.

Hier bietet sich die Methode nach Dorn & Breuss als eine sehr wirkungsvolle Behandlungsmöglichkeit an. Der Vorteil dieser beiden sanften Massagen liegt darin, dass zum Erkennen und Richten einer Fehlstellung keine Röntgenaufnahmen erforderlich sind und zum Unterschied zur Chiropraktik keine ruckartigen Überdehnungsbewegungen durchgeführt werden.

Ausrichtung der Wirbelsäule nach Dorn & Breuss

Das Richten der Wirbelsäule bei Dorn u. Breuss erfolgt durch „sanfte“ Massage unmittelbar entlang der Wirbelsäule, Druck auf die Fortsätze der einzelnen Wirbelkörper u. Zug auf den Bandapparat u. damit Entlastung der verspannten Strukturen und somit Entlastung der Bandscheiben. Darüber hinaus kann mit diesen Methoden faktisch jeder Wirbel erreicht werden, sei er auch noch so kompliziert verrutscht. Verschiebungen, Fehlstellungen u. Blockierungen werden durch die Methode nach Dorn u. Breuss einfach und sanft korrigiert.



MASSAGE NACH DORN & BREUSS I mit Paula Jetzinger

In diesem Einführungskurs werden theoretische Grundlagen der Dorn- & Breuss Wirbelsäulentechnik vermittelt. Zusammenhänge zwischen Wirbelsäule, Zähnen und Organen werden besprochen. Die Theorie wird gleich in praktische Übungen an Partnern umgesetzt und geübt. Die Dorn- & Breuss Wirbelsäulentechniken stellen – 1–2-mal jährlich durchgeführt – eine optimale Gesundheitsvorsorge dar. Mit den beiden Methoden können eine Menge von Problemen einer Besserung oder Heilung zugeführt werden, bevor sie zu schwerwiegenden Gesundheitsstörungen heranwachsen.

MASSAGE NACH DORN & BREUSS II mit Paula Jetzinger

Für die Teilnehmer des Grundseminars „Massage nach Dorn & Breuss – Heilen über die Wirbelsäule“ werden auch heuer wieder Auffrischungsseminare angeboten. Die vermittelten theoretischen Grundlagen u. Zusammenhänge der Massagetechniken werden besprochen u. die praktischen Übungen wiederholt u. verfeinert. So wird ein besonderes Augenmerk der gesamten Halswirbelsäule und dem Kiefer gewidmet. Entstandene Fragen oder Unsicherheiten können in Gesprächs-, Diskussions- und Erfahrungsaustauschrunden geklärt und besprochen werden. Dieses Seminar ist die ideale Gelegenheit, das erhaltene Wissen aufzufrischen und zu vertiefen.

MANUELLE LYMPHDRAINAGE ZUR SELBSTANWENDUNG

mit Elisabeth Seidl

Vorbeugen und sich eigenhändig helfen - Sie erfahren in leicht erlernbaren Anwendungen den Lymphfluss manuell anzuregen und dabei die Regenerationsfähigkeit des Körpers zu unterstützen.

Das Lymphsystem ist ein wichtiger Bestandteil des Immunsystems, dessen Aufgaben die Entwässerung, Reinigung und Entgiftung unseres Gewebes sind. Durch Manuelle Lymphdrainage werden die Abwehrkräfte gefördert, und die sanfte Behandlung wirkt entstauend, schmerzlindernd und entspannend.

Sie erlernen die Basisbehandlung sowie Anwendungen für ganze Körperbereiche. Wir aktivieren den Lymphabfluss im gesamten Körper und Entlasten damit das Gewebe. Sie erwerben Wissen über die

- **Grundlagen des lymphatischen Systems und dessen Aufgaben und des Herz-Kreislaufsystems**
- **Sie erlernen die Grifftechniken mit Schritt-für-Schritt Anleitungen zur Eigenbehandlung**
- **Anwendungsbereiche und Kontraindikationen u.m.**

Wir arbeiten nur an und mit uns selbst. Reaktionen können dabei Entspannung, Selbstwahrnehmung und ein verbessertes Körpergefühl sein.

STRÖMEN – JIN SHIN JYUTSU

mit Sabine Haas

Die heilenden Kräfte der Hände

Jin Shin Jyutsu ist eine Kunst, die dich dabei unterstützt Körper, Geist und Seele wieder in Harmonie zu bringen. Uraltes Wissen aus Japan welches zu uns in den Westen gebracht wurde.

Alles, was Sie dafür brauchen, sind ihre Hände – und die haben Sie ja immer bei sich! Durch bewusstes und gefühlvolles berühren aktivieren wir die angeborenen Selbstheilungs Kräfte. Alles, was wir für Gleichgewicht und Harmonie im Leben brauchen, liegt in mir selbst.

JIN SHIN JYUTSU – Themen Praxisabend

Zum jeweiligen Thema - damit ist gemeint: wo an unserem Körper wir Spannungen, Schmerzen oder Unwohlsein verspüren (können) - gibt es eine kurze theoretische Erläuterung aus der Sicht des Jin Shin Jyutsu. Danach üben wir an uns selbst und in der Gruppe. Zeit und Raum für Austausch runden den gemütlichen Abend ab. Das Thema könnt ihr gerne 2-3 Wochen vorm Termin unter 0660 218 36 32 oder sabine.haas@jsj.at erfragen. Unterlagen zum Üben und Nachschlagen für zu Hause bereite ich euch gerne vor.

JIN SHIN JYUTSU - Praxistag

An diesem Tag bietet sich die Gelegenheit noch intensiver in die Einfachheit und Wirksamkeit des Strömens einzutauchen. Nach einer kurzen einfachen Erklärung üben wir danach in Gruppen. Es soll für Dich ein Tag zum Entschleunigen sein, wo du so sein darfst wie du bist. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Du bekommst Unterlagen zum Üben und Nachlesen für zu Hause. Mitzubringen sind bitte Decke, Polster und bequeme Kleidung.

Willst du mehr erfahren, gerne telefonisch oder per Mail - ich freue mich.

TERMINE

DIY MANUELLE LYMPHRAINAGE

09.-11.10.2026

KURSGEBÜHR

€ 290,00 pro Person/Kurs

KURSZEITEN

FR 16.00-20.00 Uhr

SA 09.00-17.00 Uhr

SO 09.00-13.00 Uhr

MITZUBRINGEN

Matte, Decke, kleiner Polster, evtl. Sitzkissen, bequeme Kleidung, warme Socken



Sabine Haas

Impuls Master Practitioner, JSJ Praktikerin mit eig. Praxis in Zwettl

TERMINE

PRAXISABENDE

12.01., 09.02., 02.03., 13.04., 04.05., 01.06., 07.09., 05.10., 02.11., 30.11.

PRAXISTAGE

21.02. – Fit und voller Elan ins Neue Jahr starten

17.10. – Unser Immunsystem einstimmen auf die kalte Zeit

KURSGEBÜHR

€ 25,00 pro Person/Praxisabend

€ 95,00 pro Person/Praxistag

KURSZEITEN

MO 18.00-20.30 Uhr

SA 09.30-18.00 Uhr

MITZUBRINGEN

Decke, Polster, bequeme Kleidung, Hausschuhe

Massagen & Körperanwendungen



Elisabeth Seidl

Freiberufliche Heilmasseurin,
Lehrberechtigte Heilmasseurin,
Zertifiziert in Craniosacraltherapie
nach John Upledger, Body Resonance
nach David Crean.

„Seit 2001 arbeite ich als Masseurin mit und an Menschen. Dabei sind mir individuelle Körperarbeit und eine ganzheitliche Sichtweise wichtig. Gerade über die Füße erhalten wir auf einfache Weise einen feinen Zugang zum Wunder Mensch. Die wirkungsvolle und sanfte Lymphdrainage eignet sich gut zur praktischen Arbeit mit sich selbst.“

TERMINE

FUSSREFLEXZONE MASSAGE I

08.-10.05.2026

FUSSREFLEXZONE MASSAGE II

06.-08.11.2026

KURSGEBÜHR

€ 290,00 pro Person/Kurs

KURSZEITEN

FR 16.00-20.00 Uhr
SA 09.00-17.00 Uhr
SO 09.00-13.00 Uhr

MITZUBRINGEN

1 Spannleintuch, 1 Decke, 1 kleiner Polster, bequeme Kleidung, warme Socken

Bitte auf kurze Fingernägel achten



Es gibt eine Vielzahl an Massagen & Körperanwendungen. Eines haben Sie jedoch gemeinsam: Sie wirken entspannend und wohltuend.

Lassen Sie sich von erfahrenen KursleiterInnen spezielle Techniken zeigen, frischen Sie Kenntnisse auf, vertiefen Sie ihr Wissen oder probieren Sie etwas Neues aus. Unsere Kurse eignen sich sowohl für MasseurInnen als auch für Privatpersonen.

FUSSREFLEXZONE MASSAGE

Die entspannende Wirkung der Fußreflexzonenmassage beruht darauf, dass alle Körperzonen an Fuß und Fußsohle abgebildet sind - der ganze menschliche Körper kann über die Füße erreicht werden. Eine Fußreflexzonenmassage wirkt ausgleichend und stärkt das Wohlbefinden. Bei der Fußreflexzonenmassage wird mit bestimmten Druckgriffen gearbeitet. Der Körper zeigt über eventuelles Schmerzempfinden oder verhärtete Zonen, wo sich Störungen befinden können.

FUSSREFLEXZONE MASSAGE I mit Elisabeth Seidl

Wir erarbeiten die Grundkenntnisse der Fußreflexzonenmassage theoretisch und mit viel Raum für praktisches Üben. Sie erlernen dabei:

- Lage der Organ- und Körperzonen an den Füßen
- Anwendungsbereiche und Kontraindikationen
- Geschichte und Wirkungsweise der Fußreflexzonenmassage
- Grifftechniken, Entspannungs- und Dehngriffe
- Massageablauf

Außerdem werden Sie in den praktischen Teilen die wohltuende Wirkung der Fußreflexzonenmassage gleich selbst erfahren und genießen können. Dies setzt voraus, dass Sie bereit sind an Menschen zu arbeiten und an sich arbeiten zu lassen.

FUSSREFLEXZONE MASSAGE II mit Elisabeth Seidl

Dieser Kurs baut auf dem Erlernten von Fußreflexzonenmassage I auf. Neben dem Wiederholen und Festigen der bereits bekannten Reflexzonen und Grifftechniken widmen wir uns der Vertiefung:

- Behandlung von Körpersystemen (Atmung, Verdauung, Urogenitaltrakt)
- Behandlung des Lymphsystems
- Behandlung des Hormonsystems
- Selbstbehandlung, Behandlung von Kindern und älteren Menschen



Das Wesen der Fußreflexzonenmassage besteht im Lösen von Blockaden, dem Abbau von Spannungszuständen und das Aktivieren von körpereigenen Energien.

Kursübersicht

| Nr | Termin | Kurstitel | Kursleitung | Seite |
|----|------------------|--|--------------------------|-------|
| 39 | 19.-21.06.2026 | Sprache der Seele 1 | DI Wolfgang Müller | 20 |
| 40 | 27.06.2026 | Kräuter & Chakren | Vera Müller-Schmid | 18 |
| 41 | 28.06.2026 | Radiästetischer Übungstag in Liebenau | DI Wolfgang Müller | 23 |
| 42 | 03. - 04.07.2026 | Das schamanische Medizinrad | DI Wolfgang Müller | 19 |
| 43 | 29.08.2026 | Radiästetischer Übungstag in Liebenau | DI Wolfgang Müller | 23 |
| 44 | 29.08.2026 | Ich gehe meinen Weg | Markus Leonhartsberger | 16 |
| 45 | 04. - 06.09.2026 | Wünscheln & Pendeln Schnupperkurs | DI Wolfgang Müller | 22 |
| 46 | 07.09.2026 | Strömen – Praxisabend | Sabine Haas | 7 |
| 47 | 11.- 13.09.2026 | Radiästhesie Aufbauseminar Griff längentechnik mit der H3-Antenne | DI Wolfgang Müller | 23 |
| 48 | 12.-13.09.2026 | Qi Gong | Tamara Pfeiffer | 16 |
| 49 | 18. - 19.09.2026 | Elektrosmog – Was tun? | DI Wolfgang Müller | 23 |
| 50 | 19.09.2026 | Stabile Seitenlage für die Seele 1 | Carmen & Markus Hofbauer | 13 |
| 51 | 20.09.2026 | Sanathana Sai Sanjeevini | DI Wolfgang Müller | 20 |
| 52 | 26.- 27.09.2026 | Dorn und Breuss 1 | Paula Jetzinger | 8 |
| 53 | 26.09.2026 | Kräuter & Chakren | Vera Müller-Schmid | 18 |
| 54 | 26.09.2026 | Augengesundheit & Wechseljahre | Martina Reiterer | 18 |
| 55 | 27.09.2026 | Kinesiotaping | Peter Huber | 9 |
| 56 | 02.- 04.10.2026 | Sprache der Seele 2 | DI Wolfgang Müller | 20 |
| 57 | 03.- 04.10.2026 | Holistic Pulsing | Karin Opelka | 10 |
| 58 | 05.10.2026 | Strömen – Praxisabend | Sabine Haas | 7 |
| 59 | 09.- 11.10.2026 | DIY Manuelle Lymphdrainage | Elisabeth Seidl | 7 |
| 60 | 16.10.2026 | Herzgesundheit | Johannes Gattringer | 14 |
| 61 | 16.- 18.10.2026 | Prana Vita 3 | Karin Steinhauser | 11 |
| 62 | 17.10.2026 | Strömen - Praxistag | Sabine Haas | 7 |
| 63 | 24.10.2026 | Zur Ruhe kommen – Innere Ordnung im Wandel der Jahreszeit | Susanne Pinger | 15 |
| 64 | 24.- 25.10.2026 | Dorn und Breuss 2 | Paula Jetzinger | 8 |
| 65 | 02.11.2026 | Strömen – Praxisabend | Sabine Haas | 7 |
| 66 | 06. - 08.11.2026 | Fußreflexzonenmassage 2 | Elisabeth Seidl | 6 |
| 67 | 07.11.2026 | Natürlich durch den Winter – Ätherische Öle für die kalte Jahreszeit | Marlies Müllner | 12 |
| 68 | 08.11.2026 | Sanftes Yoga für Einsteiger | Kim-Laura Stoltenberg | 13 |
| 69 | 14.- 15.11.2026 | Seelische Gesundheit stärken – Einklang von Geist, Herz & Ordnung | Susanne Pinger | 15 |
| 70 | 20.11.2026 | Herzgesundheit | Johannes Gattringer | 14 |
| 71 | 20.-22.11.2026 | Klassische Massage | Elisabeth Seidl | 9 |
| 72 | 21.11.2026 | Stabile Seitenlage für die Seele 2 | Carmen & Markus Hofbauer | 13 |
| 73 | 30.11.2026 | Strömen – Praxisabend | Sabine Haas | 7 |

Das aktuelle Kursprogramm und ausführliche Kursbeschreibungen
 finden Sie auch unter
www.betz.at

Themen:

Massagen & Körperanwendungen Gesundheit & Komplementäre Medizin

Wohlbefinden & Persönliche Weiterentwicklung Radiästhesie, Wünscheln & mehr

Kursübersicht

| Nr | Termin | Kurstitel | Kursleitung | Seite |
|----|------------------|--|--------------------------|-------|
| 1 | 12.01.2026 | Strömen – Praxisabend | Sabine Haas | 7 |
| 2 | 16. - 17.01.2026 | Der einfachste Weg zu dir Selbst | Michael Stingededer | 19 |
| 3 | 23.01.2026 | Herzgesundheit | Johannes Gattringer | 14 |
| 4 | 09.02.2026 | Strömen – Praxisabend | Sabine Haas | 7 |
| 5 | 21.02.2026 | Kinesiotaping | Peter Huber | 9 |
| 6 | 21.02.2026 | Strömen - Praxistag | Sabine Haas | 7 |
| 7 | 02.03.2026 | Strömen – Praxisabend | Sabine Haas | 7 |
| 8 | 06. - 08.03.2026 | Prana Vita 1 | Karin Steinhauser | 11 |
| 9 | 07.03.2026 | Essential Balance | Marlies Müllner | 12 |
| 10 | 14. – 15.03.2026 | Dorn und Breuss 1 | Paula Jetzinger | 8 |
| 11 | 14. – 15.3.2026 | Qi Gong | Tamara Pfeiffer | 16 |
| 12 | 20.-22.03.2026 | Klassische Massage | Elisabeth Seidl | 9 |
| 13 | 21. – 22.03.2026 | Holistic Pulsing | Karin Opelka | 10 |
| 14 | 27.03.2026 | Herzgesundheit | Johannes Gattringer | 14 |
| 15 | 28.03.2026 | NeuroBaum Workshop | Elisabeth Seidl | 17 |
| 16 | 11.04.2026 | Stabile Seitenlage für die Seele 1 | Carmen & Markus Hofbauer | 13 |
| 17 | 12.04.2026 | Wünschelrutenwanderung | DI Wolfgang Müller | 22 |
| 18 | 12.04.2026 | Kraftvoll in den Frühling – Impulse für deine Gesundheit | Susanne Pinger | 15 |
| 19 | 13.04.2026 | Strömen – Praxisabend | Sabine Haas | 7 |
| 20 | 17. – 19.04.2026 | Sprache der Seele 1 | DI Wolfgang Müller | 20 |
| 21 | 18.04.2026 | Meine Werte, meine Stärken | Markus Leonhartsberger | 16 |
| 22 | 24. – 26.04.2026 | Wünscheln & Pendeln Schnupperkurs | DI Wolfgang Müller | 22 |
| 23 | 24. – 26.04.2026 | Neurographik Basiskurs | Elisabeth Seidl | 17 |
| 24 | 01. - 03.05.2026 | Prana Vita 2 | Karin Steinhauser | 11 |
| 25 | 02.05.2026 | Energetisch testen mit dem Tensor1 | Christa Koppensteiner | 21 |
| 26 | 03.05.2026 | Energetisch testen mit dem Tensor 2 | Andreas Koppensteiner | 21 |
| 27 | 04.05.2026 | Strömen – Praxisabend | Sabine Haas | 7 |
| 28 | 08. - 09.05.2026 | Das schamanische Medizinrad | DI Wolfgang Müller | 19 |
| 29 | 08. – 10.05.2026 | Fußreflexzonenmassage 1 | Elisabeth Seidl | 6 |
| 30 | 10.05.2026 | Wünschelrutenwanderung | DI Wolfgang Müller | 22 |
| 31 | 16. – 17.05.2026 | Dorn und Breuss 2 | Paula Jetzinger | 8 |
| 32 | 25.05.2026 | Wünschelrutenwanderung | DI Wolfgang Müller | 22 |
| 33 | 29. – 31.05.2026 | Radiästhesie Anwenderseminar Griff längentechnik mit der Kunststofffrute | DI Wolfgang Müller | 23 |
| 34 | 30.05.2026 | Stabile Seitenlage für die Seele 2 | Carmen & Markus Hofbauer | 13 |
| 35 | 01.06.2026 | Strömen – Praxisabend | Sabine Haas | 7 |
| 36 | 12. -13.06.2026 | Elektrosmog – Was tun? | DI Wolfgang Müller | 23 |
| 37 | 13. – 14.06.2026 | Vitalkraft & Lebensordnung – Gesundheit von innen heraus | Susanne Pinger | 15 |
| 38 | 14.06.2026 | Sanathana Sai Sanjeevini | DI Wolfgang Müller | 20 |

Herzlich Willkommen im BETZ



BETZ & TDW Büroteam

Werner Wachter und
Sabine Stitz

Liebe BETZ-FreundInnen, liebe InteressentInnen!

Auch heuer haben wir wieder ein **spannendes und umfangreiches Kursprogramm** für Sie zusammengestellt. Ob Sie einen Kurs zur **Weiterbildung im Beruf** suchen, sich **persönlich weiterentwickeln** oder eine neue **Erfahrung sammeln** möchten – in unserer vielfältigen Themenauswahl werden Sie bestimmt fündig.

5 Gründe, weshalb Sie bei uns gut aufgehoben sind:

- **hoher Praxisanteil**
- **kompakte Kurseinheiten**
- **angenehme Gruppengrößen (Qualität vor Quantität)**
- **ausgewählte, anerkannten und erfahrenen ReferentInnen**
- **über 26 Jahre Erfahrung**

Wir freuen uns auf Sie!
Ihr BETZ-Team



Inhaltsverzeichnis

| | |
|--|---------------|
| Terminübersicht | Seite 4 – 5 |
| Massage & Körperanwendungen | Seite 6 – 11 |
| Gesundheit & Komplementäre Medizin | Seite 12 – 15 |
| Wohlbefinden & Persönliche Weiterentwicklung | Seite 16 – 20 |
| Radiästhesie, Wünscheln & mehr | Seite 21 – 23 |
| Wichtige Infos, Anmeldebedingungen | Seite 24 |

SIE KÖNNEN UNS VERTRAUEN BEI IHREM AUFSTIEG

CONFIDA

WEITRA

www.confida-weitra.at

Entdecke die Wunderwelt der Energie!



Großschönau | www.sonnenwelt.at

Das wetterunabhängige Ausflugsziel für alle!



START
Mai/Sept.
2026

Berufung gesucht?

Ausbildung in TUINA ANMO
der Massage der Trad. Chines. Medizin –
ganzheitlich, effizient, hochaktuell

- TUINA ANMO-Practitioner werden: 3-jähriger Diplom-Lehrgang zum Gewerbeschein für selbständige Praxis
- oder TUINA BASICS, das halbjährige Einstiegsmodul in TCM-Grundlagen und Tuina-Massage
- für Bewegungsapparat, Kopfschmerzen, Schlafstörungen, Atemwege, Verdauung, Regelschmerzen u.v.m.
- buchbar von Anfänger*innen bis medizin. Berufe
- Unterricht von erfahrenen Praktikern online und Präsenz
- die einzige Tuina-Ausbildung mit Lehrpraxis!
- gratis Infoabend: www.tuinanow.academy



TUINA NOW Academy
HANDS ON TCM

Schöndauer

PROGRAMM FÜR DIE SCHÖNSTEN SEITEN IM LEBEN

BETZ Großschönau, 3922 Großschönau, Ausgabe Jänner 2026, Österreichische Post AG Info-Mail W Entgelt bezahlt, Retouren an Postfach 555, 1008 Wien

BETZ
Kurse

20
26

Von Wünschelrute
bis Kräuterkunde

BETZ

Bioenergetisches Trainingszentrum