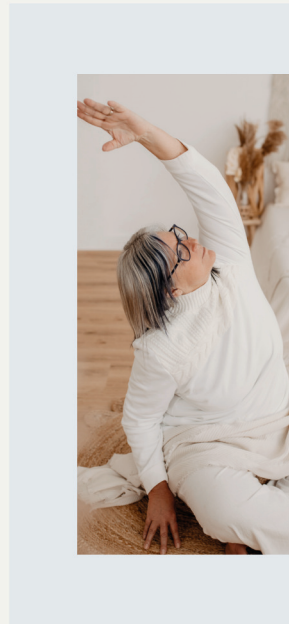


Jede Veränderung beginnt mit einer bewussten Entscheidung.

Bewegung. Bewusstsein. Leuchtkraft

FÜR MEHR VERTRAUEN • KLARHEIT • LEBENSENERGIE



"Jeder Mensch trägt bereits alles in sich, was er für ein erfülltes Leben braucht. Manchmal braucht es nur den richtigen Impuls, um wieder Zugang dazu zu finden."

WWW.MICHAELSENERGYFLOW.COM

SCHÖN, DASS DU DA BIST!

Manchmal stellt uns das Leben an einen Punkt, an dem wir spüren: Es ist Zeit, etwas zu verändern.

Wir funktionieren, erfüllen Erwartungen und meistern unseren Alltag. Doch tief in uns wächst das Gefühl, dass etwas nicht mehr stimmig ist.

Genau hier beginnt unsere gemeinsame Reise.

Ich begleite Menschen dabei, sich selbst wieder zu vertrauen. Denn aus Vertrauen entsteht Klarheit. Aus Klarheit entstehen Entscheidungen, die sich wirklich richtig anfühlen.

Bewegung, Atem, Energiearbeit und Bewusstseinsarbeit greifen dabei ineinander. Gemeinsam bilden sie einen Weg, der dich stärkt, dir Orientierung schenkt und dich Schritt für Schritt zurück zu dir selbst führt.

Was meine Begleitung auszeichnet:

✨ Klarheit

✨ Orientierung

✨ Ganzheitlichkeit

✨ Herzlichkeit

✨ Persönliche Begleitung

ÜBER MICH

Ich kenne diesen Weg.

Lange war ich die Frau, die stark war, Verantwortung übernahm und niemals aufgab. Bis ich erkannte, dass wahre Stärke nicht darin liegt, alles allein zu tragen, sondern sich selbst dabei nicht zu verlieren.

Seit über 30 Jahren begleite ich Menschen an der Schnittstelle von Körper, Energie und Bewusstsein.

Heute unterstütze ich Menschen dabei, sich selbst wieder zu vertrauen, ihre innere Stimme wahrzunehmen und ihren eigenen Weg mit Klarheit zu gehen.

Ich verbinde Bewegung, Atem, Energiearbeit und Bewusstseinsarbeit – ruhig, klar und mit dem Blick auf den ganzen Menschen.

Meine Vision:

Ich wünsche mir, dass Menschen ihre Leuchtkraft wiederentdecken, ihre Energie frei fließen lassen und ihr Leben nach ihren eigenen Werten gestalten.

*„Ich bringe Menschen in Bewegung.
Zurück zu sich.“*

Michael

Mentorin für Energie & Bewusstsein
Feinstoffliche Energieübertragung & Fernbalance
Yogalehrerin



Mein Angebot

Programme

Intensive Begleitung über mehrere Wochen – für nachhaltige Veränderung, mehr Klarheit und eine tiefere Verbindung zu dir selbst.

SEITE 5 - 7

Energiearbeit

Individuelle Anwendungen für innere Balance, frische Kraft und mehr Energie.

SEITE 8 - 10

Bewegung & Meditation

Yoga, Bewegung und Meditation für mehr Körpergefühl, innere Ruhe, Beweglichkeit und spürbare Energie im Alltag.

SEITE 11

Workshops & Events

Gemeinsame Erlebnisse, inspirierende Impulse und bewusste Auszeiten, die dich persönlich wachsen lassen.

SEITE 13 - 14



„Ganz gleich, ob du mit einem Programm, einer Energieanwendung, Bewegung oder einem Workshop beginnst – alle Wege führen dich näher zu dir selbst und zu einem Leben, das sich wieder stimmig anfühlt.“

PROGRAMME

ENERGY RESET

9 Tage, um wieder bei dir anzukommen.

Du funktionierst im Alltag, aber deine Energie reicht kaum noch aus.

Dein Körper fühlt sich schwer an, deine Gedanken kreisen und selbst kleine Aufgaben kosten dich mehr Kraft als sonst.

Energy Reset begleitet dich neun Tage lang dabei, aus dem ständigen Funktionieren auszusteigen und wieder in deine Kraft zu kommen. Mit einfachen, alltagstauglichen Impulsen findest du zurück zu mehr Energie, Klarheit und innerer Ruhe.

Das erwartet dich:

Neun kurze Video-Einheiten begleiten dich Schritt für Schritt durch deinen persönlichen Reset. Mit Körperübungen, Atemimpulsen, geführten Meditationen und Journalfragen stärkst du deine Wahrnehmung und findest Schritt für Schritt zurück in deine innere Balance. Die Übungen sind so gestaltet, dass du sie ganz einfach in deinen Alltag integrieren kannst.



Ideal, wenn du:

- dich häufig müde, schwer oder energielos fühlst.
- morgens nur schwer in den Tag findest.
- viel funktionierst und dich dabei selbst aus den Augen verlierst.
- dir mehr Energie, Klarheit und Leichtigkeit wünschst.



9 Tage · Online · Dauerhaft verfügbar

PROGRAMME

Der Leuchtkraft-Effekt

Deine 9-Wochen-Reise zurück zu dir

Du hast lange funktioniert, viel gegeben und dabei vielleicht den Kontakt zu dir selbst ein Stück verloren. Der Leuchtkraft-Effekt ist eine 9-wöchige, ganzheitliche Reise, die Bewegung, Meditation, Bewusstseinsarbeit und feinstoffliche Energiearbeit miteinander verbindet.

Es geht nicht darum, dich zu verbiegen oder einem Ideal zu entsprechen. Es geht darum, dich selbst wiederzuentdecken und dein Leben aus Klarheit und Vertrauen zu gestalten.



Das erwartet dich:

Yoga-Flows · 3 Rücken- & Bewegungseinheiten ·
9 geführte Meditationen · 3 Atemübungen · 9 Live-
Zoom-Sessions · dein persönliches Leuchtkraft-Journal ·
Zugang zur MAGIC.WOMAN Community



Ein ganzheitlicher Mix aus Bewegung, Bewusstseinsarbeit, Coaching und feinstofflicher Energiearbeit, der dich über neun Wochen begleitet. Alle Inhalte stehen dir in deinem persönlichen Online-Kursbereich flexibel zur Verfügung.



Flexibel & online

Die Wocheninhalte absolvierst du online – flexibel und in deinem eigenem Tempo. Wöchentliche Live-Zoom-Sessions begleiten und vertiefen deine Reise.

INFO

Was in 9 Wochen entstehen darf:

KLARHEIT

Deine Gedanken werden ruhiger und Entscheidungen stimmiger.

BEWEGUNG

Dein Körper wird beweglicher und deine Energie kommt wieder ins Fließen.

VERBINDUNG

Du stärkst die Wahrnehmung für dich selbst und entwickelst ein sichereres Gespür für das, was zu dir passt.

PRÄSENZ

Mehr Ruhe und Klarheit dürfen sich verankern – und deine Ausstrahlung wird nach außen spürbar.

*Wenn du dir selbst wieder vertraust, entstehen
Klarheit, Orientierung und Leuchtkraft.
Und mit ihnen eine neue Art, dir selbst und
dem Leben zu begegnen.*



Wähle dich.

9 Wochen für mehr Klarheit. Mehr Orientierung. Mehr Leuchtkraft.

Feinstoffliche Energieübertragung & Fernbalance

Manchmal geraten wir aus dem Gleichgewicht. Nicht von heute auf morgen, sondern Schritt für Schritt. Stress, emotionale Belastungen und die Anforderungen des Alltags können dazu führen, dass wir uns erschöpft, unruhig oder nicht mehr ganz bei uns selbst fühlen.

Durch die feinstoffliche Energieübertragung entsteht ein Raum, in dem Ruhe einkehren, Klarheit wachsen und sich dein Energiesystem neu ausrichten kann.

Die Anwendung ist sowohl vor Ort als auch aus der Ferne möglich.



*Deine Energie kommt wieder ins Fließen.
Für Klarheit. Für Orientierung. Für dich.*

Ideal für dich, wenn du ...

- dir mehr innere Ruhe und Stabilität wünschst
- neue Energie für deinen Alltag gewinnen möchtest
- körperliche oder innere Spannungen lösen möchtest
- mehr Klarheit und Orientierung suchst
- dich wieder stärker mit dir selbst verbinden möchtest



DAUER: ca. 70 Minuten



ORT: Praxis oder online per Zoom

Kinesiologie & Bioresonanz

Manchmal zeigt uns der Körper, dass etwas aus dem Gleichgewicht geraten ist.

Er reagiert mit Erschöpfung, Spannungen oder Beschwerden, obwohl die Ursache nicht immer sofort erkennbar ist.

Kinesiologie und Bioresonanz können dich dabei unterstützen, die Signale deines Körpers bewusster wahrzunehmen und dein inneres Gleichgewicht zu stärken.

„Verstehe, was dein Körper braucht – und finde zurück in deine natürliche Balance.“



Ideal für dich, wenn du ...

- dich häufig erschöpft oder energielos fühlst.
- unter Stress oder innerer Anspannung stehst
- das Gefühl hast, dass dein Körper aus dem Gleichgewicht geraten ist
- deinen Körper ganzheitlich unterstützen möchtest.
- dir mehr Energie und Wohlbefinden für deinen Alltag wünschst.



DAUER: ca. 75 Minuten



ORT: Praxis

Individuelle Meditation

Eine Meditation, die genau zu dir passt.

Manche Themen begleiten uns immer wieder. Unsere Gedanken kreisen, wir können keine Entscheidungen treffen oder wir verlieren den Zugang zu dem, was wir eigentlich brauchen. Genau hier setzt deine persönliche Meditation an.

Sie entsteht aus deinem Thema, deiner aktuellen Situation und dem, was dich gerade bewegt.



*„Dein Weg ist einzigartig.
Deine Meditation auch.“*

Es gibt Dinge, die sind zu wertvoll, um sie nur für sich zu behalten.

Eine persönliche Meditation kann auch ein besonderes Geschenk für einen Herzensmenschen sein.

Ideal, wenn du:

- immer wieder über dieselben Themen nachdenkst.
- dich selbst häufig infrage stellst.
- vor einer Veränderung oder Entscheidung stehst.
- dich nach mehr Klarheit und Verbindung zu dir selbst sehnst.
- dir eine Meditation wünschst, die so individuell ist wie du selbst.



Nach einem persönlichen Vorgespräch entsteht deine Meditation, die speziell für dich aufgenommen wird. Sie begleitet dich immer wieder zurück zu dir – und steht dir jederzeit zum Anhören zur Verfügung.

Dein Online-Raum

Viele haben das Gefühl, ich würde direkt neben ihnen stehen.

Ich begleite dich mit bewusster Bewegung, Meditationen, Atemübungen und Qi Gong.

Alle Inhalte sind jederzeit abrufbar, wenn du auftanken oder
dir bewusst Zeit für dich nehmen möchtest.

Das erwartet dich:

Yoga-Flows & Asanas

Für mehr Beweglichkeit, Leichtigkeit und neue Energie.

Meditationen & Pranayama

Geführte Meditationen, bewusste Atemübungen und Momente, die dich innerlich aufatmen lassen.

Rückentraining & Wirbelsäulen-Flow

Damit dein Rücken beweglicher wird und du dich wieder wohler in deinem Körper fühlst.

Shaolin Qi Gong

Ruhige Bewegungsabläufe, die Körper, Atmung und Energie harmonisch verbinden.

Deine Vorteile



FELXIBEL - Übe, wann und wo es
für dich passt.



VIELFÄLTIG - Regelmäßig neue
Inhalte für frische Impulse.



JEDERZEIT FÜR DICH DA -
Dein persönlicher Raum für mehr
Balance, Klarheit und bewusste
Auszeiten.



www.michaelsenergyflow.com/onlineraum

Jederzeit, überall und ganz bei dir.

JETZT REINSCHNUPPERN



Dein Yoga-Kurs für frische Lebenskraft

Yoga ist weit mehr als nur Bewegung. Es ist eine Einladung, wieder mit dir selbst in Kontakt zu kommen, deinen Körper zu stärken und mit neuer Energie durchs Leben zu gehen.

Ganz gleich, ob du Yoga gerade erst für dich entdeckt hast oder bereits Erfahrung mitbringst – du bist willkommen, genau so, wie du bist.

Yoga verbindet bewusste Bewegung mit Atmung und Achtsamkeit. Mit fließender Bewegung, Atmung und Achtsamkeit schenkst du dir eine wertvolle Auszeit vom Alltag.

*Yoga ist Energie in Bewegung –
ein Weg zu innerer Ruhe, Beweglichkeit
und Lebenskraft.*



Der Kurs ist ideal für dich, wenn du:

- mehr Bewegung in deinen Alltag bringen willst.
- deinen Körper kräftigen und beweglicher werden möchtest.
- dir bewusste Auszeiten vom Alltag wünschst.
- Stress abbauen und zur Ruhe kommen möchtest.
- dein Körpergefühl und deine Achtsamkeit stärken willst.
- neue Energie und Lebenskraft spüren möchtest.



DAUER: 90 Minuten



ORT: Yogaraum

Meditationsreisen & Energieübertragung

Manchmal kann ein einziger Abend mehr verändern als Monate.

Bei den geführten Meditationsreisen werden Meditation, Bewusstseinsarbeit und feinstoffliche Energieübertragung miteinander verbunden. Jeder Abend widmet sich einem Lebensthema und lädt dich ein, Zusammenhänge zu erkennen, neue Perspektiven zu gewinnen und dir selbst wieder bewusster zu begegnen.



*“Ein Abend. Ein Thema.
Neue Klarheit für deinen Weg.“*

Ideal, wenn du:

- bestimmte Themen in deinem Leben besser verstehen möchtest.
- dich selbst oder deine Entscheidungen häufig infrage stellst.
- dir neue Perspektiven und mehr Klarheit wünschst.
- Meditation tiefer erfahren möchtest.



DAUER: ca. 90 Minuten



ORT: Online via Zoom

Workshops & Live-Events

Manche Begegnungen verändern unseren Blick auf das Leben.

In meinen Workshops und Live-Events geht es darum, Zusammenhänge zu erkennen, neue Sichtweisen zu gewinnen und sich selbst bewusster zu begegnen.

Bewusstseinsarbeit, praktische Impulse und persönlicher Austausch verbinden sich zu Abenden, die neue Sichtweisen eröffnen und in Bewegung bringen.

*“Es gibt Abende, die dich noch begleiten,
wenn du längst wieder zuhause bist.”*



Ideal, wenn du:

- verstehen möchtest, warum bestimmte Themen immer wieder auftauchen.
- deine eigenen Muster besser erkennen möchtest.
- Situationen aus einer neuen Perspektive betrachten willst.
- dir mehr Klarheit über das wünschst, was dich innerlich bewegt.
- neue Impulse für dich und deinen Alltag mitnehmen möchtest.



Alle aktuellen Workshops, Live-Events und Termine
findest du unter www.michaelsenergyflow.com/all-events



Scan me

FAQS

Wie kann Energiearbeit über die Ferne funktionieren?

Stell dir ein Radio vor. Radiowellen sind für unsere Augen unsichtbar. Trotzdem können wir Musik hören, sobald das Radio auf die richtige Frequenz eingestellt ist. Ähnlich verstehe ich feinstoffliche Energiearbeit. Sie erfolgt nicht über körperlichen Kontakt, sondern auf einer feinstofflichen Ebene. Deshalb kann sie sowohl in meiner Praxis als auch über die Ferne stattfinden. Während der Sitzung liegst oder sitzt du entspannt bei dir zu Hause. Über Zoom besprechen wir dein Anliegen und schaffen einen gemeinsamen Rahmen. Die eigentliche Energiearbeit erfolgt in Ruhe. Viele Menschen berichten im Anschluss von tiefer Entspannung, neuer Klarheit oder einem Gefühl, wieder mehr bei sich angekommen zu sein. Jeder Mensch erlebt diese Begleitung auf seine eigene Weise.

Muss ich an Spiritualität glauben?

Nein, Offenheit und Neugier genügen. In meinem Weltbild ist der Mensch ein körperliches und spirituelles Wesen. Auch die Yogaphilosophie beschreibt neben dem sichtbaren Körper feinstoffliche Ebenen, die manche Menschen als Aura oder Energiefeld kennen. In meiner Begleitung verbinde ich Bewegung, Körperwahrnehmung, innere Entwicklung und Energiearbeit. Jeder Mensch macht dabei seine ganz eigenen Erfahrungen – unabhängig von seinen persönlichen Überzeugungen.

Wie läuft eine Energieübertragung ab?

Zu Beginn besprechen wir dein Anliegen. Anschließend kannst du es dir bequem machen und musst nichts tun. Die Begleitung findet in Ruhe statt. Jeder Mensch erlebt Energiearbeit unterschiedlich. Manche nehmen Wärme, Kribbeln oder tiefe Entspannung wahr, andere vor allem innere Ruhe oder neue Klarheit. Es gibt kein „richtig“ oder „falsch“. Danach nehmen wir uns Zeit, um deine Wahrnehmungen und Fragen gemeinsam zu besprechen.

Kann ich auch online teilnehmen?

Ja. Viele meiner Angebote finden online über Zoom statt. Du benötigst lediglich einen ruhigen Platz und eine stabile Internetverbindung. Auch wenn du technisch nicht besonders versiert bist, musst du dir keine Sorgen machen. Vor dem ersten Termin erhältst du einen Link und eine einfache Anleitung. Und falls Fragen auftauchen, unterstütze ich dich gerne.

Brauche ich Vorkenntnisse?

Nein. Alle Angebote sind so gestaltet, dass du ohne Vorkenntnisse teilnehmen kannst. Das gilt auch für Yoga. Alle Übungen lassen sich an deine Möglichkeiten anpassen. Es geht nicht um Perfektion, sondern darum, deinen Körper bewusster wahrzunehmen und Schritt für Schritt mehr Beweglichkeit, Kraft und Wohlbefinden zu entwickeln.

LASS UNS IN VERBINDUNG KOMMEN.

Info & Kontakt

Ich freue mich auf dich.

Du hast Fragen zu meinen Angeboten oder bist dir noch unsicher, welcher Weg der richtige für dich ist?

Melde dich gerne bei mir – gemeinsam finden wir heraus, was dich am besten unterstützt.

RUF MICH GERNE AN
+43664 213 3075

SENDE MIR EINE NACHRICHT
office@michaelsenergyflow.com

ON SOCIAL MEDIA

 @agnesmichaelspath

 @agnesgabriele.spath

Wo wir uns begegnen

So vielfältig wie meine Angebote sind auch die Orte, an denen sie stattfinden: in meiner Praxis bzw. im Yogaraum in Wels, an ausgewählten externen Locations oder online im Kursraum oder via Zoom.

Vor Ort. Online. Und immer so, wie es zu dir passt.



Newsletteranmeldung



WWW.MICHAELSENERGYFLOW.COM