

## LEBENS LAUF

Name/Adresse: **Mag<sup>a</sup>. Sabine Knoll**  
Unterloiben 34/4, A-3601 Dürnstein  
Tel./Fax: +43 (0)2732 70452; mobil: +43 (0)664 7921195

Geburtsdatum/Geburtsort: 11. April 1966, St. Pölten (Niederösterreich)

Familienstand: ledig

Schulbildung/Studium: 1972 - 1976 Volksschule St. Pölten-Wagram  
1976 - 1980 Hauptschule St. Pölten-Wagram  
1980 - 1985 Bundeshandelsakademie St. Pölten  
(Reifeprüfung mit ausgezeichnetem Erfolg)  
1985 - 1991 Studium der Publizistik- und Kommunikationswissenschaften, Nebenfach: Theaterwissenschaft, an der Universität Wien (Diplomarbeit: „Kulturjournalismus in österreichischen Magazinen“); 21. 1. 1992 Sponson

Berufserfahrung: Juli 1982, 1983, 1984, 1985 Ferialarbeit im Dir.sekr. der NÖGKK

**Journalismus:** September 1985 Volontariat bei den NÖ Nachrichten St. Pölten, Ressorts: Politik, Lokales, Magazin; bis Dezember 1992 freie Mitarbeiterin der NÖN St. Pölten, Leitung der Jugendredaktion, Mitarbeit im Kulturressort, Fotografin mit Dunkelkammerarbeit SW

1987 – 1989 Leitung des Kulturressorts des Magazins „Veto“ in St. Pölten

1987 – 2001 Mitarbeiterin im ORF-Radio Niederösterreich als Beitragsgestalterin und Moderatorin, Schwerpunkte: Jugend / Musik, Kultur, Frauen, Gesundheit; (Sprechausbildung: Ingrid Amon)

Seit 1991 Textbeiträge und Fotos für Zeitschriften und Magazine (Für Sie, Petra, Wienerin, morgen, Wege etc.)

1994 – 1999 Fernseh-Beitragsgestalterin für den ORF; Sendungen: WIR-Frauen; Willkommen Österreich (Frauen-, Wellness-Redaktion)

1996 / 1997 Chefredakteurin des NÖ Kulturmagazins „zeitenweise“

1999 – 2006 Mitarbeiterin für die Ö1-Wellness-Redaktion „Ganz Ich“ (ORF-Radio) und für „Moment – Leben heute“

2000 – 2002 Mitarbeiterin im Redaktionsbüro „Langbein & Skalnik“ (Internet-Gesundheitsplattform „surfmed“)

Veranstaltungsmoderationen (Wr. Stadtfest, Lichtermeer St. Pölten, Podiumsdiskussionen etc.), PR-Aufträge (Solaris, Horizonfilm etc.)

**Seminare** bis 2000 über „PR“ und „Kommunikation für Frauen“ (Sozak St. Pölten, AMS, ÖGB kmfb u. a.); Medientraining an der Donauuniversität Krems für Seibersdorfer WissenschaftlerInnen

2000 – 2005 Mieterin und Leitung des Seminarhofs „Loschberghof“ im Waldviertel (Niederösterreich)

Seit 2001 „Schreiben in Trance“ („Die Kraft der Visionen – Schamanisches Schreiben“, „Die Sprache der Seele – Aus dem Herzen schreiben“)

2003 Reiki-Meisterin und -Lehrerin („Reiki & Schamanismus“),  
2004 – 2006 Bewusstseinstainerin (u. a. „Free Spirit“)  
2003 – 2009 Österreich-Büro der Friedensbewegung „new peace“

Literatur u. Veröffentlichungen:

Seit dem 15. Lebensjahr Lyrik und Kurzprosa,  
Hauptpreis für Lyrik beim Wettbewerb der "Ersten Österreichischen Sparcasse" – Jugendpreis 1985;  
3. Preis für Lyrik beim Jungautorenwettbewerb 1985 des NÖ-Landesjugendreferates;  
Förderung im Rahmen des Erste-Jugendpreises 1987;

Öffentliche Lesungen in Wien und Niederösterreich, Sendeeinsätze im Hörfunk; Veröffentlichungen in div. Literaturzeitschriften

**Beiträge für Sammelbände/Anthologien:**

Reportage „**Bildungsnetz – Die Stadt der Schulen**“ über das Bildungswesen in St. Pölten, im Bildband "St. Pölten – Alte Stadt, junge Metropole", hrsg. v. Hans Ströbitzer u. Herbert Waldhauser, NP-Verlag, St. Pölten/Wien: 1998

Kurzgeschichte „**Ein Tag mit Speedy**“ in "Mit Katzenszungen", hrsg. v. Sylvia Treudl, Milena-Verlag, Wien: 1998; Taschenbuch-Neuaufgabe: 2004

**CD: „Reisen ins Licht“** – Märchenhafte Trance-Geschichten für Herz und Seele, mit Musik von Claire Birtwell, Moonyard Music: 2001

**Bücher:**

„**Die Dorn-Methode** – Verblüffend einfache Selbsthilfe gegen Rückenprobleme“ (Mosaik bei Goldmann, 2003)

„**Reisen ins Licht** – Geschichten aus anderen Welten“ (Solaris Spirituelle Edition – 2004)

„**Genuss ohne Reue** – Iss dich gesund mit den Fünf Elementen“ (Wu Wei Verlag, 2005) – mit Jörg Krebber, Eva Matzke, Susanne Peroutka

„**Die original BOWTECH® Methode** – Sanfte Griffe für Gesundheit und Wohlbefinden“ (Südwest Verlag, 2005) – mit Manfred Zainzinger

„**Mehr Energie durch Shaolin-Qi Gong** – Die Übungen der Mönche für Stressabbau und Leistungssteigerung“ (Springer, 2006) – mit Robert Egger, Prim. Hartmut Zwick, Abt Shi Yong Chuan

„**Bestes Handwerk Niederösterreich** – Handwerk, Design, Kunst, Tradition“ (Umschau Buchverlag, 2009), Fotos: Xenia Bluhm

„**Tibetische Medizin für den Westen** – Das Archetypen-Meridian-System in der Praxis“ (Springer, 2009) – mit Dr. Sathya Bernhard bin Saif und Mag. Wolfgang Bernhard ben Saif

„**Handwerk, Design, Kunst, Tradition in Wien**“ (Bestes Handwerk) (Umschau Buchverlag, 2010), Fotos: Xenia Bluhm