



Eyetouch  
Augenschule

- Gutes Sehen mit Augentraining -

## **Augenfitness am Morgen**

Online-Kurs in der ersten Januarwoche

Yoga für die Augen stärkt Ihre Augen und macht sie fit für den Tag. Durch spielerisches Augentraining und -entspannung kann das Potential der eigenen Sehkraft wieder entdeckt werden. Mit ausgewählten Augenübungen werden in diesem Kurs Wege aufgezeigt um Augenbrennen, Augen tränen, Augentrockenheit, gerötete oder tränende Augen entgegenzuwirken und Schwankungen der Sehfähigkeit auszugleichen. Der Kurs ist geeignet für Normal- und Fehlsichtige, für Teilnehmer ohne und mit Vorkenntnissen.

Das Online-Seminar wird über die Plattform Zoom durchgeführt, aufgezeichnet und anschließend für die Teilnehmer freigeschaltet. Falls Sie zum Online-Seminar zeitlich verhindert sind, können Sie sich trotzdem anmelden und sich die Aufzeichnung nach dem Seminar anschauen. Voraussetzung zur Teilnahme ist eine Internetverbindung, sowie ein geeignetes Smartphone, Tablet oder Laptop/Computer. Ein Mikrofon wird empfohlen. Sie erhalten rechtzeitig vor Kursbeginn per E-Mail einen Link zu Ihrem virtuellen Kursraum.

### **Online-Kurs Augenfitness**

Kurs 4. bis 8. Januar 2021

8.15 Uhr - 8.45 Uhr

Kursgebühr für 5 Einheiten 35,- €.

### **Sie benötigen**

- Bequeme Kleidung

Während des Kurses bitte keine Kontaktlinsen tragen.

### **Anmeldung erforderlich!**

*Die Augenschule ersetzt keine augenmedizinische Untersuchung oder Behandlung.*

[Jetzt buchen](#)

### **Kursleitung und Info**

Petra Goebel

Sehtrainerin Eyetouch Augenschule

97076 Würzburg

Tel. 0175 52 191 76

Mail: [Profi@eyetouch-augenschule.de](mailto:Profi@eyetouch-augenschule.de)