



Eyetouch  
Augenschule

- Gutes Sehen mit Augentraining -

## **Augenfitness am Morgen**

in der ersten Woche der Sommerferien

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 Seminar findet im Freien statt.

### **Augenfitness am Morgen** in Würzburg Lengfeld

Kurs

27. bis 31. Juli 2020

7.45 Uhr - 8.15 Uhr

Am ersten Tag treffen wir uns um 7.40 Uhr,  
um Organisatorisches vorab zu klären.

Kursgebühr für 5 Einheiten 35,- €.

### **Bitte mitbringen**

- Wettergemäße bequeme Kleidung und Schuhe
- ggf. Etui für Brille  
Möglichst während der Augenschule keine Kontaktlinsen tragen.
- bei Sonnenschein Schildkappe statt Sonnenbrille

### **Anmeldung erforderlich!**

*Die Augenschule ersetzt keine augenmedizinische Untersuchung oder Behandlung.*

### **Info & Anmeldung**

Petra Goebel

Sehtrainerin Eyetouch Augenschule

97076 Würzburg

Tel. 0175 52 191 76

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