



Eyetouch
Augenschule

**Yoga für die Augen
OUTDOOR
Natur neu sehen**

**Sonntag 10. Oktober 21
um 10 Uhr**

Dauer ca. 3 Stunden
Treffpunkt Nähe Residenz,
Würzburg
Details bei Anmeldung

Im Rahmen der
Woche des Sehens

- Gutes Sehen mit Augentraining -

Wir erkunden die Natur an diesem Vormittag mit ganz neuen Augen. Sehübungen helfen uns die Faszination und Schönheit der Erde neu zu entdecken. Die Natur vitalisiert und entspannt unsere Sehkraft – das wollen wir bewusst wahrnehmen und mit angeleiteten Augenübungen unterstützen.

Es begleitet uns die Naturvielfalt und schöne Plätze zum Verweilen. Freuen Sie sich auf einen wundervollen Vormittag, der Ihnen viele neue Impulse geben wird für einen sanften Umgang mit Ihren Augen und ein neues Sehen in der Natur.

Bitte mitbringen:

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

Da der Wasserhaushalt des Körpers auch für die Augen eine Rolle spielt, bitte Wasser zum Trinken mitbringen.

Gebühr 35,- €

Anmeldung erforderlich.

Bitte Email und Telefonnummer angeben für ggf. kurzfristige Änderungen.

Die Augenschule ersetzt keine augenmedizinische Untersuchung oder Behandlung.

Information und Anmeldung:

Petra Goebel

Sehtrainerin Eyetouch Augenschule, Würzburg

Tel. 0175 52 191 76

Profi@eyetouch-augenschule.de

www.eyetouch-augenschule.de