



Eyetouch
Augenschule

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

**Sonntag 12. Oktober 25
um 10 Uhr**
Dauer ca. 3 Stunden
Treffpunkt Nähe Residenz,
Würzburg
Details bei Anmeldung

Im Rahmen der
Woche des Sehens

- Gutes Sehen mit Augentraining -

Erleben Sie die Natur aus einer frischen Perspektive! An diesem Vormittag widmen wir uns gezielten Sehubungen, die Ihnen helfen, die Faszination und Schönheit des Würzburger Ringparks wahrzunehmen. Erfahren Sie wie die Natur Ihre Sehkraft vitalisiert und entspannt – eine Erfahrung, die durch angeleitete Augenübungen unterstützt wird.

Wir spazieren durch die Naturvielfalt und verweilen an besonderen Orten, die zum Entspannen und Genießen einladen. Freuen Sie sich auf einen inspirierenden Vormittag, der Ihnen nicht nur neue Impulse für einen achtsamen Umgang mit Ihren Augen gibt, sondern auch ein tieferes, bewussteres Sehen ermöglicht.

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 49,- €

Anmeldung erforderlich.

Bitte Email und Telefonnummer angeben für ggf. kurzfristige Änderungen.

Die Augenschule ersetzt keine augenmedizinische Untersuchung oder Behandlung.

Information und Anmeldung:

Petra Goebel

AugenCoach und Sehtrainerin Eyetouch Augenschule, Würzburg

Tel. 0175 52 191 76

buero@eyetouch-augenschule.de

www.eyetouch-augenschule.de