Eyetouch
Augenschule

In diesem Wochenend-Workshop lernen Sie Übungen kennen, um Sehschwankungen vorzubeugen und entgegenzusteuern. Es ist ein sanfter Weg die Augen und den Körper zu entspannen. Mit ausgewählten Augenübungen werden in diesem Workshop Wege aufgezeigt, um Seh-Stress-Symptome abzubauen, die eigenen Selbstheilungskräfte zu aktivieren, Verkrampfungen, Augenbrennen, Augentränen, Augentrockenheit, geröteten Augen, Altersweitsichtigkeit entgegenzuwirken und Schwankungen der Sehfähigkeit auszugleichen. Wir lernen die Kraft unserer Hände und unseres Geistes kennen: die Sehtechniken alter Meister.

Wochenend-Workshop in Würzburg
25. bis 28. April 2024

Donnerstag	15.00 - 18 Uhr
Freitag	9.30 – 17.30 Uhr
Samstag	9.30 – 17.30 Uhr
Sonntag	9.30 – 12.30 Uhr

Alle Teilnehmer werden ihrem Wissenstand und Übungs-Niveau entsprechend begleitet. So ist der Kurs auch für Neueinsteiger geeignet. Bereits Fortgeschrittene unterstützt der Kurs darin, ihre Erfahrungen zu vertiefen.

Der Kurs beinhaltet u.a. Beweglichkeit der Augen und Vergenz, Akkommodation, beidäugiges Sehen, Fusion, Gehirnintegration und Entspannungssequenzen für die Augen. Zwischen den Einheiten sind kurze, nach dem Mittagessen eine längere Pause geplant. Wir profitieren durch die Bereitschaft gewohntes zu hinterfragen, Widerstände loszulassen und Veränderungen zuzulassen.

Kursgebühr	310 €
Early bird	290 € bei Buchung bis 15.03.24
Teilnehmerzahl	5 bis 10

Bitte mitbringen

- Wettergemäße bequeme Kleidung und Schuhe
  Wir werden auch draußen sein.
- Yogamatte, falls vorhanden
- (Yoga-) Kissen, Decke
- bei Sonnenschein Schildkappe/Sonnenhut statt Sonnenbrille
- ggf. Etui für Brille
  Während der Augenschule bitte keine Kontaktlinsen tragen.

Die Augenschule ersetzt keine augenmedizinische Untersuchung oder Behandlung.

Info & Anmeldung

Petra Goebel
AugenCoach & ganzheitliche Sehtrainerin Eyetouch Augenschule, 97076 Würzburg
Tel. 0175 52 191 76
Mail: buero@eyetouch-augenschule.de