Eyetouch
Augenschule

- Gutes Sehen mit Augentraining -

Yoga für die Augen

Online

Eintauchen in die Welt der Augen

Bildschirmarbeit mit entspanntem Sehen meistern - es kommt auf die Sehgewohnheiten und besonders auf die Pausen an. Lernen Sie in diesem Online-Seminar wie Sie Ihre Sehkraft stärken können. Neben allgemeinen Informationen über das Sehen und Möglichkeiten zur Regeneration der Augen werden Sie mit einer geführten Meditation in die Welt der Augen reisen, denn in der Entspannung kann heilsamer Kontakt zum Sehsystem aufgenommen werden. Zusätzlich werden Sequenzen zur Selbsthilfe bei trockenen Augen integriert.

Das Online-Seminar wird über die Plattform Zoom durchgeführt. Voraussetzung zur Teilnahme ist eine Internetverbindung, sowie ein Tablet oder Laptop/Computer mit Kamera. Ein Mikrofon wird empfohlen. Sie erhalten rechtzeitig vor Kursbeginn per E-Mail einen Link zu Ihrem virtuellen Kursraum.

Ein Kurs für alle, die ihre Augen stärken wollen - *NICHT nur für Frauen*.

Online-Kurs Yoga für die Augen

Kurs	16. April 2024
	18 bis 19.30 Uhr
Kursgebühr	28,- €

Bitte tragen Sie während der Augenschule keine Kontaktlinsen und kleiden sich bequem.

Anmeldung erforderlich!
Bitte geben Sie bei der Anmeldung auch Ihre Email-Adresse an. Anmeldung direkt im Frauenbildungszentrum Bad Homburg unter https://www.frauenbildungszentrum.de/events/yoga-fuer-die-augen-das-online-seminar#em-event-booking-form

Die Augenschule ersetzt keine augenmedizinische Untersuchung oder Behandlung.

Kursleitung
Petra Goebel
AugenCoach & ganzheitliche Sehtrainerin Eyetouch Augenschule, Würzburg