



Die Morgen Session 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, Augentränen, Augentrockenheit, gerötete oder tränende Augen entgegenzuwirken und Schwankungen der Sehfähigkeit auszugleichen. Die Teilnehmenden werden ihrem Wissenstand entsprechend begleitet. So ist der Workshop auch für Neueinsteiger geeignet. Bereits Fortgeschrittene unterstützt der Kurs darin, ihre Erfahrungen zu vertiefen. Das Seminar findet im Freien statt.

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

Kurs 29. Juli bis 2. August 2024  
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 45,- €

### **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  
AugenCoach & Sehtrainerin Eyetouch Augenschule  
97076 Würzburg  
Tel. 0175 52 191 76  
Mail: buero@eyetouch-augenschule.de