



Eyetouch
Augenschule

Yoga für die Augen OUTDOOR

Natur neu sehen

- Gutes Sehen mit Augentraining -

Sonntag 8. Oktober 23 um 10 Uhr

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

Im Rahmen der
Woche des Sehens

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 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

Profi@eyetouch-augenschule.de

www.eyetouch-augenschule.de