

Ganzheitliche Augenschule

Termin: 24.04. bis 26.04.2020



Welch unschätzbare Sinnesorgan das Auge für uns ist, merken wir oft erst, wenn unsere Sehkraft nachlässt. Deshalb ist es wichtig und gut, sich rechtzeitig um die Gesundheit seiner Augen zu kümmern.

Mit der Methode der ganzheitlichen Augenschule wird die Sehkraft belebt. Sehfehler können wir vermeiden und Sehproblemen vorbeugen. Der Kurs eignet sich für Menschen mit allgemeiner Fehlsichtigkeit (Kurz-, Weit- und Alterssichtigkeit) und Menschen mit einseitiger Sehbelastung, z. B. am PC-Arbeitsplatz. In entspannter Atmosphäre werden wir die Augen stärken, die Augenbeweglichkeit erhöhen und die Wahrnehmung erweitern.

Die Übungen bewirken z. B.:

- 1) die Augenstärkung und Belebung
- 2) die Entspannung der Augen und des Körpers
- 3) die Erhöhung der Augenbeweglichkeit
- 4) die Erweiterung der Wahrnehmung
- 5) die Erhöhung der Augendurchblutung

Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, warme Socken und ein kleines Kopfkissen mit.

Kurstitel: Ganzheitliche Augenschule
Päd. Verantwortung: Monika Scherer, LHVHS
Referentin: Petra Bohne, Augenoptikerin

Kursbeginn: Freitag, 24. April 2020 17.00 Uhr (Anreise ab 16.00 Uhr)
Kursende: Sonntag, 26. April 2020 13.00 Uhr

Kursgebühr: 148,00 € bis 160,00 € je nach Selbsteinschätzung
(einschl. Unterkunft im DZ/Vollverpflegung);
EZ Zuschlag 12,00 €/Nacht; zzgl. ca. 10,00 Euro Kursnebenkosten

Hinweis: Die LHVHS verfügt über eine Sauna.
Bitte bringen Sie bei Bedarf Bademantel und Badesandalen mit.