

Sehtraining-Übungs-Abend

Gönne Deinen Augen Fitness und Entspannung!



Eine Entdeckungsreise zu entspanntem Sehen

Neu biete ich Augen-Abende an, die ganz auf praktisches Üben ausgerichtet sind – wenig Theorie, ganz viel Tun.

Du lernst einfache und alltagstaugliche Übungen zur Entspannung und Vitalisierung deiner Augen kennen. Dies schafft einen wunderbaren Ausgleich zum alltäglichen Sehstress am Bildschirm und fördert gesunde Sehgewohnheiten sowie die Augen – Gehirn - Koordination.

**Ein inspirierender Abend für Deine Augen
komm vorbei und probiere es aus!**

Datum und Zeit:	Mittwoch, 15. Januar 2025 von 18:30 bis 20:00 Uhr Donnerstag, 20. Februar 2025 von 18:30 bis 20:00 Uhr
Ort:	Praxis für Craniosacral Therapie, Ganzheitliche Augentherapie und Sehtraining Seestrasse 330, 8038 Zürich
Kosten:	CHF 25
Anmeldung:	bei Renate Bornemann mail@renatebornemann.ch oder 079 528 01 40
Informationen:	weitere Informationen zu Sehtraining und Ganzheitlicher Augentherapie auf renatebornemann.ch
Augen-Events für Gruppen und Firmen auf Anfrage, Deutsch und Englisch	