

An uns selbst und an unsere Augen zu glauben heißt,
ein Fenster zu unserem Herzen zu öffnen.

Mair Schneider

Samstag, 17. Oktober 2020

9 bis 17 Uhr

Bildungswerkstatt Breitenfurt

Ganzheitliches Augentraining



Unser Sehsinn verfügt über erstaunliche **SELBSTHEILUNGSKRÄFTE**, die wir in diesem Kurs wecken und pflegen werden. Du lernst Übungen, die - regelmäßig praktiziert - dein Sehen verbessern werden. **SEHEN IST VERÄNDERLICH UND ENTWICKLUNGSFÄHIG**. Die Natur hat uns mit natürlichem klarem Sehen ausgestattet. Bitte beim Workshop keine Kontaktlinsen tragen. Geeignet bei Kurz- und (Alters-)Weitsichtigkeit, Astigmatismus und zur Vorbeugung.

Inhalt:

Entspannung, Sehspiele, effektive und achtsame Übungen für Augen, Körper und Geist und eine natürliche Ernährung fördern entspanntes und funktionsgerechtes Sehen.

Leitung: Mag. Elisabeth Hellmayr

GG Kursleiterin,

Augentrainerin, Ausbildung bei

Wolfgang Hätscher-Rosenbauer



Kosten: € 100,- incl. Mittagessen, Material zum Üben und Unterlagen

Informationen und Anmeldung:

e.hellmayr@hotmail.com, Tel. 03329/46859 oder

direkt in der Bildungswerkstatt: office@bildungswerkstatt-breitenfurt.at

Bitte um Anmeldung und Bezahlung des Kursbeitrages **bis spätestens 12. Okt. 2020** auf das Konto der Bildungswerkstatt (Bank Austria) IBAN: AT71 1200 0006 3425 5608