

«Happy EYE»

Mittwoch; 13.30 Uhr – 15.00 Uhr
Nächste Termine auf Anfrage
Ort: Embrach; Hardareal



Im Happy EYE-Gruppen-Training bildet das Naturlicht grundsätzlich die Basis zum Üben, das heisst viele Übungen werden im Freien durchgeführt!

Dieses Augentraining bietet eine geniale Gelegenheit um

- Als Prävention / Therapie Antriebslosigkeit, Stress, Fehlsichtigkeit und Burnout entgegenzuwirken
- Ihr Augenbewusstsein zu entdecken und zu fördern
- Ihre Augen besser kennenzulernen
- Ihren Augen Gutes zu bieten
- Ihre Fehlsichtigkeit zu mindern
- Eine allfällige Augenkrankheit im Genesungsprozess zu unterstützen
- Ihre Sehkraft zu verbessern
- Antworten zu erhalten auf persönliche Augen-Themen (trockene Augen, Lichtempfindlichkeit, Nachtblindheit, Hornhautverkrümmung, bin ich nach einer Augen-Star-Operation für immer geheilt, uvm)
- Wertvolle Augenübungen zu erlernen, um diese im Alltag zu integrieren
- Unter fachkundiger Kontrolle erlernte Augenübungen zu wiederholen und zu vertiefen