ERÖFFNUNG
Augenschule Blickwechsel

BESUCHEN SIE UNS...

TAG DER OFFENEN TÜR - 6. SEPTEMBER 2014 - 10:00 - 16:00 UHR

Schenken Sie sich, ihrem Körper, ihrer Seele und ihren Augen etwas Zeit und Aufmerksamkeit.

Beleben Sie ihren Sehsinn

durch ganzheitliches Augentraining,

und erleben Sie

Wohlbefinden - Gelassenheit - Entspannung

durch Übungen zur Entspannung, Autogenes Training, PME, Fantasiereisen, etc.

Augenschule Blickwechsel

Gaby Heyder

Augentrainerin und Entspannungspädagogin

Kohlbergweg 35 A

78244 Gottmadingen

0173/9107183

info@augenschule-blickwechsel.com

www.augenschule-blickwechsel.com

PROGRAMM

Tag der offenen Tür - 6. September 2014

Informieren Sie sich bei unseren 10-minütigen Vorträgen oder nehmen Sie sich etwas Zeit und geniessen unsere kleinen Übungssequenzen

10:00 Vortrag: Augenschule und Entspannungstraining „Die Augenschule Blickwechsel stellt sich vor“

10:30 Kleine Augenübungen

11:00 Vortrag: Kursphilosophie Ganzheitliches Augen- und Entspannungskurse

11:30 Vortrag: Was ist Augentraining

12:00 Atemübungen zur Entspannung

13:00 Vortrag: Augenschule und Entspannungstraining „Die Augenschule Blickwechsel stellt sich vor“

13:30 Kleine Augenübungen

14:00 Vortrag: Was ist Augentraining

14:30 Lustige Augenübungen für Kinder

15:00 Übungen für „Zwischendurch“ zum Entspannen

15:30 Atemübungen zur Entspannung

16:00 Ende

Augenschule Blickwechsel