

Sehtraining erleben und kennenlernen



Ein inspirierender Abend für Deine Augen

Dieser 1,5-stündige Sehtrainingsabend bietet einen Einstieg in ganzheitliches Sehtraining. Du lernst grundlegende Übungen kennen, die Deine Augen entspannen, die Wahrnehmung fördern und den Seh-Alltag erleichtern können. Der Abend eignet sich sowohl für Einsteiger, die Sehtraining kennenlernen möchten, als auch für frühere Kursteilnehmer, die ihre Kenntnisse auffrischen und gemeinsam praktisch üben möchten.

Gönne Deinen Augen Aufmerksamkeit – und entdecke neue Impulse für entspanntes Sehen.

Datum und Zeit:	Donnerstag, 23. April 2026 - 18:30 - 20:00 Uhr Dienstag, 12. Mai 2026 – 18:30 – 20:00 Uhr Mittwoch, 24. Juni 2026 – 18:30 – 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	