

Augenspaziergang – Sehtraining in der Natur



Beim Augenspaziergang im Park erleben wir die Natur bewusst und aktivieren unsere Augen mit spielerischen Übungen. In einer Stunde entspannst du deine Augen, förderst deine Wahrnehmung und erlebst ganzheitliches Sehtraining fern von Bildschirmen und Kursräumen. Atme durch, bewege dich und gib deinen Augen neue Frische – Schritt für Schritt.

Komm mit auf einen besonderen Spaziergang für Deine Augen!

Datum und Zeit:	Mittwoch, 6. Mai 2026 von 18:00 bis 19:00 Uhr Donnerstag, 9. Juli 2026 von 12:00 bis 13:00 Uhr
Treffpunkt:	vor dem Museum Rietberg Rieterpark, Gablerstr. 15, 8002 Zürich
Kosten:	CHF 15
Anmeldung:	erwünscht bei Renate Bornemann/ Spontis willkommen mail@renatebornemann.ch oder 079 528 01 40
Informationen:	weitere Informationen zu Sehtraining und Ganzheitlicher Augentherapie auf renatebornemann.ch

Augenspaziergänge für Einzelpersonen, Gruppen und Firmen auf Anfrage