

Augentraining

Online 2026

*Zeit für Deine Augen - sanfte Bewegungen für Nacken
und Schultern, Atem- und Augenübungen sowie
Entspannungstechniken.*

Donnerstag von 19.30 bis 20:15 Uhr:

9. Juli / 20. August / 17. September

1. Oktober / 12. November / 10. Dezember

Gruppengrösse: ab 3 bis 8 Teilnehmer:innen.

Preis: CHF 25.-

Der Zoom-Link wird nach Anmeldung per E-Mail geschickt.

Anmeldung & Infos:

Karin Arquisch
dipl. Sehtrainerin und
Augentherapeutin

Mobile: 076 501 7476
arquisch@sunrise.ch
www.yogazone.ch

