

Seminarbeschreibung & Anmeldeformular

Wieder klar Sehen durch ganzheitliches Augentraining

Seminarbeschreibung:

Dieses bewährte, ganzheitliche Augentraining bietet Dir die Möglichkeit, viel für Deine Sehkraft zu tun und Deine Augen wieder seh-fit und leistungsstark zu machen! Denn Augen brauchen mehr als Brille oder Kontaktlinsen!

Sehkraftverbesserungen von 1 1/2 und mehr Dioptrien sind möglich!

Zielgruppe:

Alle, die Brillen- oder Kontaktlinsenträger sind (mehr als 60% der Bevölkerung) sowie Alle, die noch gut sehen, aber den Wunsch haben, Ihr Sehvermögen bis ins hohe Alter zu erhalten. (Vorbeugen ist besser als Heilen!).

Besonders empfehlenswert ist dieses Seminar für Menschen die viele Stunden am Tag vor dem Computer verbringen müssen.

Inhalt und Methodik:

Das Seminar baut im Wesentlichen auf 7 Säulen auf: Bewegung, Entspannung, Atem, Ernährung, Energiefluss, Gehirnaktivität und mögliche Ursachen. Spezielle Augenübungen, Augen-Yoga, Akkommodationsübungen, wirksame Augenentspannungsmethoden, Augen-Akupressuren, Gedächtnistraining, Energiefluss -Übungen, Visualisieren, Brain Gym, Koordinationstraining, Wahrnehmungsschulung, Sehspiele sowie das 3 D- Sehtraining. Ein weiterer Schwerpunkt sind die ganzheitlichen Behandlungsmethoden von Sehstörungen aus der Sicht der Traditionellen Chinesischen Medizin, sowie der Stellenwert des Lichts für die Gesundheit unserer Augen.

Weiters werden mögliche Ursachen von Fehlsichtigkeit auf körperlicher, geistiger und seelischer Ebene hinterfragt und entsprechende Lösungen angeboten.

Ziel:

Dieses Seminars ist es, wieder ein entspannteres, beweglicheres und lebendigeres Sehen zu erlangen und dabei die Sehkraft nicht nur zu erhalten, sondern auch, wie uns zahlreiche Teilnehmer immer wieder bestätigen, deutlich zu verbessern.

Heimo Grimm, Sehtrainer, Ernährungs- und Gesundheitstrainer, Qi Gong – Lehrer.
Seit 1976 in der Erwachsenenbildung tätig.
Ausbildungsleiter beim Zertifikatslehrgang zum ganzheitlichen Sehtrainer.
www.gesundheitstraining.at



Seminarbeschreibung & Anmeldeformular

Wieder klar Sehen durch ganzheitliches Augentraining

Ich melde mich verbindlich zum oben angeführten Augentraining mit Heimo Grimm an.

Vorname..... Nachname

Straße PLZ/Ort

Telefon..... E-Mail

Termin: **Samstag, 27. September 2014 - von 10.00 – 18.00 Uhr**
 Sonntag, 28. September 2014 - von 10.00 – 16.00 Uhr

Adresse: Institut Marion Weiser e.U. / Unionstraße 3 / 2. OG, 4020 Linz

Der Preis des Seminars beträgt **€ 160,00 inkl. umfangreicher Skripten** und ist mit der Anmeldung auf folgendes Konto einzubezahlen:

Marion Weiser Allgemeine Sparkasse OÖ - BLZ: 20320 - Konto-Nr.: 2302035008
 IBAN AT66 2032 0023 0203 5008 - BIC ASPKAT2LXXX

Meine Anmeldung ist erst gültig, wenn der Seminar-Betrag auf dem o.a. Konto eingegangen ist.

Das Seminar beinhaltet Theorie und Praxis. Während des Seminars bitte keine Kontaktlinsen tragen.
Bequeme Kleidung wird empfohlen.

Datum und Ort: Unterschrift:.....

Bitte die Anmeldung entweder per Post oder E-Mail an die Veranstalterin zurücksenden.