



 **Beauty und Wellness**

Gezieltes Augentraining und Entspannungstechniken für Jedermann – Basiskurs

Gehören Sie auch zu denjenigen, die mehrere Stunden täglich vor dem Bildschirm sitzen?

Haben Sie das Gefühl, dass Ihre Augen relativ schnell ermüden und die Sehkraft im Laufe des Tages nachlässt?

Kennen Sie das auch? Der Arm ist einfach nicht mehr lang genug, um die Zeitung scharf lesen zu können!

Das kann daran liegen, dass der Augenmuskel (Ziliarmuskel) weniger elastisch wird. Doch wie jeden Muskel kann man auch den Ziliarmuskel trainieren.

Mit gezieltem Augentraining sowie mit Atem- und Körperübungen können Sie Ihre Augen trainieren, gezielt entspannen und insgesamt für mehr Wohlbefinden sorgen.

Termin

Sa, 04.07.2026
09:00–16:00 Uhr

Preis

120,00 €

Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule
Rosenheim
Münchener Str. 44
83022 Rosenheim
Tel. 08031-21 91 24

Seminarnummer

SSH10082040726

Anmeldemöglichkeiten

- Bei jeder Akademie
- Per Fax: 0261-952 52 33
- Auf [unserer Webseite](#)



Irrtümer und Änderungen vorbehalten
Erstellt 09.02.2026

Dozent

Dozententeam

Dozenten werden noch bekannt gegeben.