



 Naturheilkunde

## Gezieltes Augentraining und Entspannungstechniken – 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.

Das Wissen aus dieser Fortbildung komplettiert jedes Praxisportfolio,

Das Seminarangebot richtet sich an therapeutisch Tätige, die dieses Wissen gerne an Klient/innen weitergeben möchten.

### Termin

Sa, 21.08.2027  
10:00–17:00 Uhr

### Preis

140,00 €

### Schule

Paracelsus Heilpraktikerschule  
Augsburg  
Oberbürgermeister-Dreifuß-Str. 1  
86153 Augsburg  
Tel. 0821-349 95 56

### Seminarnummer

SSH89210827

### Anmeldemöglichkeiten

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



Irrtümer und Änderungen vorbehalten  
Erstellt 27.01.2026

Dozent

### Viktor Lindt

Jg. 1977. Herr Lindt ist staatlich examinierter Gesundheits- und Krankenpfleger, geprüfter Psychologischer Berater, Trauerbegleiter und Trauerredner, MEDICPROOF-Pflegegutachter, Aromapraktiker sowie geprüfter MPU- und Suchtberater. Weitere Schwerpunkte: Burnout-, Mobbing-, Demenz- und Sexualberatung. Im Gesundheitsamt verantwortet er die Überprüfung und Zulassung ambulanter Pflegedienste sowie nichtärztlicher Heilberufe. Als Dozent verbindet er fundierte Theorie mit Praxis und verfolgt eine ganzheitliche Perspektive. Schwerpunkte: Stressbewältigung, Gesundheitsförderung, Trauerbegleitung, Trauerreden, Pflegeberatung, Aromatherapie.