

Sehkraft-Training – wieder ohne Brille lesen ist möglich!

Beschreibung

Die Situation

Viele Menschen denken, dass nachlassende Sehkraft sozusagen „Schicksal“ ist und man selbst nichts dagegen tun kann. Deshalb finden sich fast alle notgedrungen damit ab, ihre Augen durch das Tragen einer Brille oder durch Kontaktlinsen zu unterstützen. Aber was wäre, wenn Sie Ihre Augenmuskulatur eigenverantwortlich stärken und so Ihre Sehkraft deutlich verbessern könnten?

Die Lösung

Lernen Sie in diesem Intensivtraining, wie unser Körper und insbesondere unsere Augen eigentlich funktionieren, und was Sie selbst tun können, um wieder besser zu sehen. Und zwar unabhängig davon, unter welcher Beeinträchtigung Ihrer Sehkraft Sie leiden. Das Training wendet sich sowohl an Kurz- als auch an Weitsichtige, und auch Menschen mit Hornhautverkrümmung können davon sehr profitieren.

Seminarziel:

- Sie erkunden die Funktionsweise Ihrer Augen und erfahren, wie Sie durch ein effektives tägliches Training Ihr Sehvermögen deutlich verbessern.

Seminarinhalte

- Ein Sehtest zu Beginn dokumentiert Ihre aktuelle Sehkraft.
- Grundlegende Kenntnisse in der Anatomie unseres Körpers und des Auges werden vermittelt, damit Sie verstehen, wieso das Augentraining so erfolgreich wirkt.
- Sie lernen ein Trainingsprogramm kennen, das bei konsequenter Anwendung Ihre Sehkraft bereits innerhalb einer Woche deutlich verbessert.
- Wir üben gemeinsam, so dass Sie schon am Ende des Seminars erste Erfolge bemerken werden.
- Ein abschließender Sehtest wird zeigen, dass Sie schon durch dieses eintägige Training Ihre Augenkoordination positiv verändert und damit Ihre Sehkraft verbessert haben.

Zielgruppe

Alle Personen, deren Sehkraft in irgendeiner Form eingeschränkt ist und die daran gerne etwas verändern möchten.

Methoden

- Das Sehtraining baut auf den Erkenntnissen des amerikanischen Augenarztes Dr. William H. Bates auf und orientiert sich an dem effektiven Training, das Leo Angart auf dieser Grundlage entwickelt hat.

Bitte bringen Sie Ihre Brille(n) und/oder Ihren Optikerpass zum Training mit.

Leitung