

ZoomAugenTraining

Weil auch die Augen Bewegung und Entspannung brauchen

Eine Stunde für deine Augen: sanfte Bewegungen
für Nacken und Schultern, Atem- und
Augenübungen sowie Entspannungstechniken.

Jeweils am zweiten Montag im Monat von 18h bis 19h:

Pro Lektion: Fr 20.00 / zahlbar via Twint oder E-Banking

Gruppengrösse: ab 3 bis 6 Teilnehmer*innen.

Die ZOOM – Einladung folgt nach Anmeldung per Email.

Anmeldung & Infos:

Karin Arquisch
dipl. Sehtrainerin und
Augentherapeutin

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

