

Augentraining

Online 2025

*Zeit für Deine Augen - sanfte Bewegungen für Nacken
und Schultern, Atem- und Augenübungen sowie
Entspannungstechniken.*

Montag von 18.15 bis 19 Uhr:

13. Jan. / 10. Feb. / 10. März / 14. April / 12. Mai / 9. Juni / 14. Juli
11. August / 8. Sept. / 13. Okt. / 10. Nov. / 8. Dezember

Donnerstag von 19.15 bis 20 Uhr:

23. Jan. / 20. Feb. / 20. März / 3. April / 15. Mai / 26. Juni / 24. Juli
21. August / 18. Sept. / 16. Okt. / 13. Nov. / 11. Dezember

Preis pro Abend: Fr 25.00

Gruppengrösse: ab 3 bis 8 Teilnehmer:innen.

Der Zoom-Link folgt nach Anmeldung per E-Mail.

Anmeldung & Infos:

Karin Arquisch
dipl. Sehtrainerin und
Augentherapeutin

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

