

AugenUrlaub 2020 - in Berlin

6 Tage Augenkurs Sa. 27. Juni - Do. 2. Juli 2020 9 - 17 Uhr



Besser Sehen lernen nach **Dr. Bates**, in kraftvoller Kombination mit Jahrtausende alten, bewährten Schätzen aus der **Mazdaznan-Lehre** und dem Tao. Dies ist ein **Selbsthilfeprogramm für Augen**, Körper, Geist und Seele. Menschen, die gesunderhaltende Selbsthilfe lieben und pflegen, investieren in **gesunde Sehfähigkeit**, Vitalität und Lebensqualität. Mit Sehspielen, Augen-Qi-Gong und ganzheitlichen Methoden lernen Sie **besser sehen!**

Wem hilft dieser Augenkurs?

Er hilft Ihnen bei Kurzsichtigkeit, Astigmatismus oder wenn beim Lesen die Arme immer länger werden (Lesebrille), bei trockenen, müden oder schielenden Augen, bei Lichtempfindlichkeit, Doppelbildern und allen Augenerkrankungen. - Ein Leben unabhängig von Sehhilfen oder operativen Eingriffen an den Augen? Viele haben es geschafft. Mit diesem Kurs haben auch Sie die Gelegenheit, Schritte in die richtige Richtung zu tun. Besser sehen lernen Sie! Gönnen Sie sich dieses besondere Sehtraining. Anleitung des Augenkurses durch die erfahrenen Sehtrainer **Almuth Klemm** der **Augenschule Berlin**, www.AugenschuleBerlin.com und **Peter Ruiter** aus den Niederlanden www.Ogenschool.nl.



Augenkurs - das Selbsthilfeprogramm: für 6 Tage laden wir Sie ein zum **Sehtraining** von 9 bis 17 Uhr. Wir beginnen am Morgen mit den Morgenübungen für **gute Augenenergie**. Am Tag genießen Sie **Sehspiele mit Trainingsmaterial** im Garten. Sie lernen **Augenpflege** u.a. durch Augenbäder mit verschiedenen Zusätzen. Sie entspannen die Augen mit Augenkompressen, Aku-Yoga, Akupressur. Haben Sie schon einmal in Ihre Augen geatmet? Lassen Sie sich inspirieren von **YouTubes** aus Augenkursen der Vorjahre mit Rückmeldungen von Teilnehmern. www.AugenUrlaub.com

Urlaubsadresse: Dharma Mati-Rigpa-Zentrum, Soorstr. 85, D-14050 Berlin, www.rigpa.de

Das Zentrum liegt mitten in Berlin im Bezirk Charlottenburg, leicht mit öffentlichen Verkehrsmitteln zu erreichen. Berlin bietet viele Übernachtungsmöglichkeiten in verschiedenen Preisklassen.

Im Zentrum befindet sich die **Lotus-Lounge**, Café | Restaurant | Shop. Genießen Sie Ihren Mittagstisch im Garten der Lotus Lounge. Die **vegetarische Küche** ist **überwiegend bio**, Fair-Trade und bevorzugt regionale Zutaten, mit einer Auswahl zum Teil selbst gebackener Kuchen. Es gibt auch immer etwas für Menschen, die **vegan, laktose- oder glutenfrei** essen möchten. Eine Mahlzeit kostet ca. 10 €, Zahlung vor Ort. Die Speisekarte finden Sie auf der Website www.Lotus-Lounge.de



Anmeldung und Kosten für den Augenkurs

Kursgebühr für **6 Tage Augenkurs mit Seminarbuch - 106 Seiten**, 498 € inkl. MwSt., Zahlung an **Almuth Klemm**, IBAN: DE17 1009 0000 2164 9760 01.

Bei Anmeldung **vor dem 1. Mai** bitte **50 € überweisen**, am 1. Mai den Restbetrag.

Anmeldeformular Augenkurs unter www.AugenUrlaub.com per Post senden an **Almuth Klemm, Holsteinische Str. 29, 12161 Berlin**, Tel.: 0049-(0)30-8520695.

Melden Sie sich jetzt an zu

Ihrem Selbsthilfeprogramm für Augen, Körper, Geist und Seele.