

AugenTraining Online

**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 8 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**

