

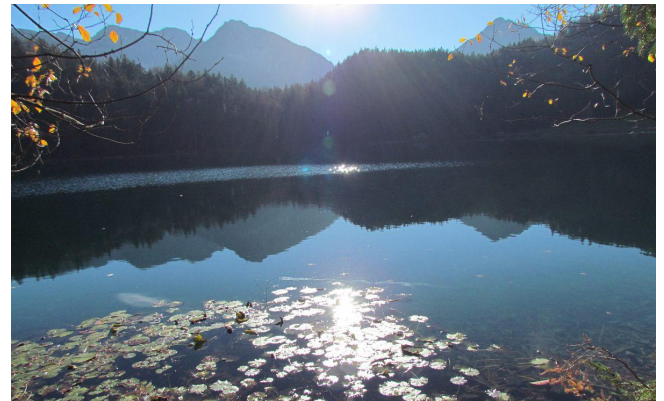
Stressmanagement-Seminar mit Augentraining (3 Tage)

Stressabbau, Selbstheilung und gutes Sehen



Ihr Nutzen

- Ganzheitliches Augentraining. Verbesserung der Sehkraft
- Kurz- und Altersweitsichtigkeit verbessern
- Maßnahmen gegen Grauen Star und Grünen Star
- Aktivierung der Selbstheilungskräfte des Organismus
- Immunsystem fördern und nachhaltig stärken
- Körpertraining. Bewegliche Gelenke und Wirbelsäule
- Stressprävention – Stressabbau– Stressmanagement
- Innere Ruhe wiederfinden. Gelassenheit lernen
- Schlafqualität verbessern
- Mehr Lebensfreude, Lebenskraft und Vitalität im Alltag
- Konzentration und Arbeitsvermögen erhöhen
- Individuelles Trainingsprogramm für zu Hause



Im Seminar bekommen Sie die perfekten Lösungen für Stressprävention, Stressabbau sowie für nachhaltige Wiederherstellung der Sehkraft!

Sie erfahren die Zusammenhänge von gesundem Sehen mit innerer Stimmung, mit alltäglichem psychischem Druck und Stress, mit Atmung, Entspannung und Meditation.

Empfehlenswert für alle, die ihr Leben voll Selbstvertrauen, Gelassenheit und Souveränität meistern und ohne künstliche Sehhilfe wieder gut sehen wollen.



Mit lächelnden Sonnengrüßen,
Dipl.-Ing. Tatyana Jerkova und Dipl.-Ing. Georgi Jerkov
Experten für ganzheitliches Augentraining, Stressmanagement
und Selbstheilung

**Information: Tel.: +49 (0) 171-2433326 ☎ info@jerkov.de
www.jerkov.de**