



## Feldenkrais Augen-Workshop am Samstag den 6.04.2024 mit Ingo Herbst und Doris Eberl

"Die Bewegung der Augen organisiert die Bewegung des Körpers"  
Moshe Feldenkrais

Sich mit den Augen zu beschäftigen bedeutet, sich mit dem Vorgang des Sehens zu beschäftigen:

Was bedeutet Sehen und wie funktioniert das?

An diesem Tag werden wir im Spüren und Bewegen die Zusammenhänge erforschen und in einen bestimmten Aspekt des Sehens, der mit der Körper- und Bewegungskoordination der Augen zu tun hat, tiefer einsteigen.

Dadurch können Sie ein Gefühl dafür entwickeln, was genau Sie mit Ihren Augen tun. Verspannungen der Augenmuskeln und Verzerrungen des Sehsystems können sich lösen und es darf wieder etwas von der natürlichen Vielseitigkeit und Spontanität des Sehens entstehen.

**Wann:** Samstag 6.4.2024 von 10.00 - 16.00 Uhr  
im Physiocenter Peilstöcker, Zehntfeldstr. 240 b

**Teilnahmegebühr:** € 98.-

### **Kontakt, Info und Anmeldung:**

Doris Eberl

[www.de-mentalcoach.de](http://www.de-mentalcoach.de), [info@de-mentalcoach.de](mailto:info@de-mentalcoach.de)

mobil: +49 172 10 35 494

**Weitere Infos unter:** [www.herbstkrais.de](http://www.herbstkrais.de)

Doris Eberl  
Lehrerin für mentale Fitness  
und Gesundheitstraining  
Tel. +49 172 10 35 494  
[www.de-mentalcoach.de](http://www.de-mentalcoach.de)

