

Einsicht Energie Erfolg

Sind die Augen müde nach der Bildschirmarbeit?

Es kann immer besser sein

- mehr Klarheit
- entspanntere Augen
- mehr Energie
- bessere Konzentration
- mehr Erfolg

Genau dafür ist dieses 12- wöchige Online-Programm gedacht.

Für wen ist es gedacht?

Es ist sowohl für Brillenträger, wie auch Menschen ohne auskommen.

Es ist für alle die durch anstrengende Arbeit und anderen Gründen unter:

- Kopfschmerzen
- trockenen Augen
- brennenden Augen
- geröteten Augen
- müden Augen
- verspannte Augen
- verschwommenes Sehen
- schnell verschlechternde Brillenkorrekturen
- Doppelbildern
- Probleme beim Autofahren in der Nacht (Blendempfindlichkeit und Nachtmyopie)
- Blend - und Lichtempfindlichkeit
- sich ändernde Klarheit in der Sehschärfe während des Tages
- Unsicherheit im Einschätzen von Distanzen



Inhalte des Online-Workshops (Wert Fr.1200.00)

- Augenbeweglichkeitsübungen
- Fokustraining
- Verbesserung des räumlichen Sehens
- gesteigerte Wahrnehmung
- bessere Sehschärfe
- Energieübungen für den ganzen Körper
- Entspannungstechniken von Auge bis zum Zeh

Spezielle Inhalte, die es bisher so noch in keinem meiner Trainings gegeben hat: (Wert Fr.800.00)

- Denkmusteranalyse zum Aufdecken mentaler Blockaden
- Motivationstipps für die Disziplin zum Üben
- Tipps zur Steigerung der Resultate durch Glaubenssätze und Körperhaltung
- Blick nach innen zum Herz und mit dem Herzen sehen

Super Bonus: (Wert Fr.180.00)

- Audiodatei für eine Augen/ Besser Sehen Meditation
- Audiodatei für einen Seh-Spaziergang
- Facebook-Gruppe zur gemeinsamen Unterstützung

Ziel ist es, dass alle Teilnehmer viel mehr über ihre Augen und das Sehen erfahren und durch die Selbsterfahrung auch besser auf ihre Augen achten. Alle Augenmuskeln sind entspannter, das Sehen klarer und die Wahrnehmung gesteigert.

Durch die Optimierung und Automatisierung der Abläufe wird Energie gespart und kann für anderes erfolgreich genutzt werden.

Die Brillenträger können ihre Brillenkorrektur stabilisieren und je nachdem verbessern.

Es ist aber KEIN Programm die Brillenstärke zu reduzieren! Das ist einfach ein positiver Nebeneffekt der oft auftritt. Für diejenigen die Interesse an einer Verminderung der Brillenstärke haben, gibt es danach einen Folgekurs. Zuerst müssen IMMER die Sehfunktionen optimiert werden.



Durch die neuen Elemente Denkmuster, Motivationstipps und Glaubenssätze soll es noch einfacher werden wirklich die Disziplin zu haben und diese 12-Wochen aktiv mitzumachen.

Die Facebookgruppe ist auch eine super Plattform für Fragen und Motivation und Austausch der Erfolge.

Wie läuft es ab?

Es wird jeden Montag ein 20minütiges Video geben.

Im Wechsel gibt es eine Anleitung mit spezifischen Augenübungen und in der 2.Woche gibt es Anleitungen zu Ganzkörperübungen und den Geist.

Es gibt einen speziellen Loginbereich in dem die Videoaufnahmen gespeichert sind, so können die Video's jederzeit angeschaut werden. Im Mitgliederbereich werden dann auch die nötigen Übungsunterlagen und zusätzlichen Dateien abgelegt.

Die Übungsdauer wird täglich ca. 10-20Minuten sein.

Das Programm ist aufbauend, das heisst man sollte die Übungen in der Reihenfolge von 1-12 absolvieren.

Es gibt einen Lebenslangen Zugang auf die Übungen, das heisst das Programm kann beliebig oft wiederholt werden.



Kosten

Das Premium Packet:

12-Wochen Online Visualtrainingsprogramm

Für Anmeldungen bis ende September kostet das Programm Fr.198.-
anstatt Fr.298.- (Wert Fr.2180.00)

Das VIP Packet:

12-Wochen Online Visualtrainingsprogramm inkl. einer persönlichen
Sehanalyse

Bei der Sehanalyse werden die Augenfunktionen speziell gemessen und
die genauen Schwachstellen identifiziert . Damit können dann diese
Bereiche nochmal speziell trainiert werden.

Für Anmeldungen bis ende September kostet das Programm Fr.248.-
anstatt Fr.348.- (Wert Fr.2430.00)

Ab sofort kann jederzeit begonnen werden

Ich freue mich auf gemeinsame neue Erfolge und tolle Ergebnisse.

Denkt daran: besser sehen ist besser leben.

Fabienne Thommen

