Pronova BKK

AUGEN-GEHIRN-TRAINING

Praxismodul

Trockene, juckende, müde Augen und sinkende Konzentration.
Die ständige Arbeit an und mit Bildschirmen ist Realität und eine echte Mammutaufgabe für den Körper – insbesondere für die Augen und das Gehirn.

In dieser Praxiseinheit kombinieren und ergänzen wir Gehirnfitnessübungen, unter anderem nach der LINK MOVES®-Methode, mit alltagstauglichen Übungen zur Entspannung von Augen und Gehirn – für einen entspannten und aufmerksamen Blick für die schönen Dinge des Lebens.

Ps.: Lachen ist ausdrücklich erlaubt!

KONTAKT LYFES GMBH
www.lyfes.de I info@lyfes.de I 06135 933 8288
facebook: lyfes.gesund.leben.lernen
instagram: _lyfes_

lyfes
gesund • leben • lernen

®