

---

## Webinar: Augentraining - die einfachste Art, auf sich zu schauen

Der Sehsinn ist zweifellos unser wichtigster Sinn: Mehr als 80 Prozent unserer Sinneswahrnehmungen nehmen wir über die Augen auf! Dieses bewährte, ganzheitliche Online-Augentraining bietet die Möglichkeit, viel für die Erhaltung und Verbesserung der Sehkraft zu tun. Es basiert auf den Erkenntnissen des Begründers des Sehtrainings Dr. William Bates, der herausfand, dass viele Augenprobleme u.a. auf Überanstrengung und Verspannungen zurückzuführen sind. Das Training ist auf sieben Säulen aufgebaut: Entspannung, Bewegung, Atmung, Energie, Gehirntraining, Ernährung und Ursachenforschung. Wieder klar sehen durch ganzheitliches Augentraining (Palmieren, Augen-Yoga, Akkommodationsübungen, Atemübung). Denn Augen brauchen mehr als Brillen oder Kontaktlinsen!

Ein Webinar ist ein Seminar, das über das Internet abgehalten wird und an dem Sie live von zu Hause aus teilnehmen können. Sie können die Präsentationen verfolgen und schriftlich Fragen stellen.

[Beachten Sie die technischen Hinweise.](#)

Bei Live-Onlineveranstaltungen wird eine Teilnahmebestätigung ausschließlich für eine einzelne Person pro genutztem Endgerät ausgestellt.

Änderungen vorbehalten.

---

## Information

**Kursdauer:** 1,5 Einheiten

**Kursbeitrag:** 32,00 €

**Fachbereich:** Gesundheit und Ernährung

**Zielgruppe:** Bäuerinnen, Interessierte, Konsumentinnen und Konsumenten

**Mitzubringen:** Benötigt: Computer/Laptop/Tablet mit Lautsprecher; stabiles Internet

## Verfügbare Termine

**06.02.2026 09:00, online**

Ort	online
Beginn	06.02.2026 09:00
Ende	06.02.2026 10:30
Örtlichkeit	Online-Seminarraum, online
Information	Kundenservice, Tel +43 (0)50 6902 1500, info@lfi-ooe.at
Kursnummer	3425/9
Trainer:in	Marion Weiser
Termin 1	06.02.2026, 09:00 - 10:30 Uhr