

## Drehende Kreise

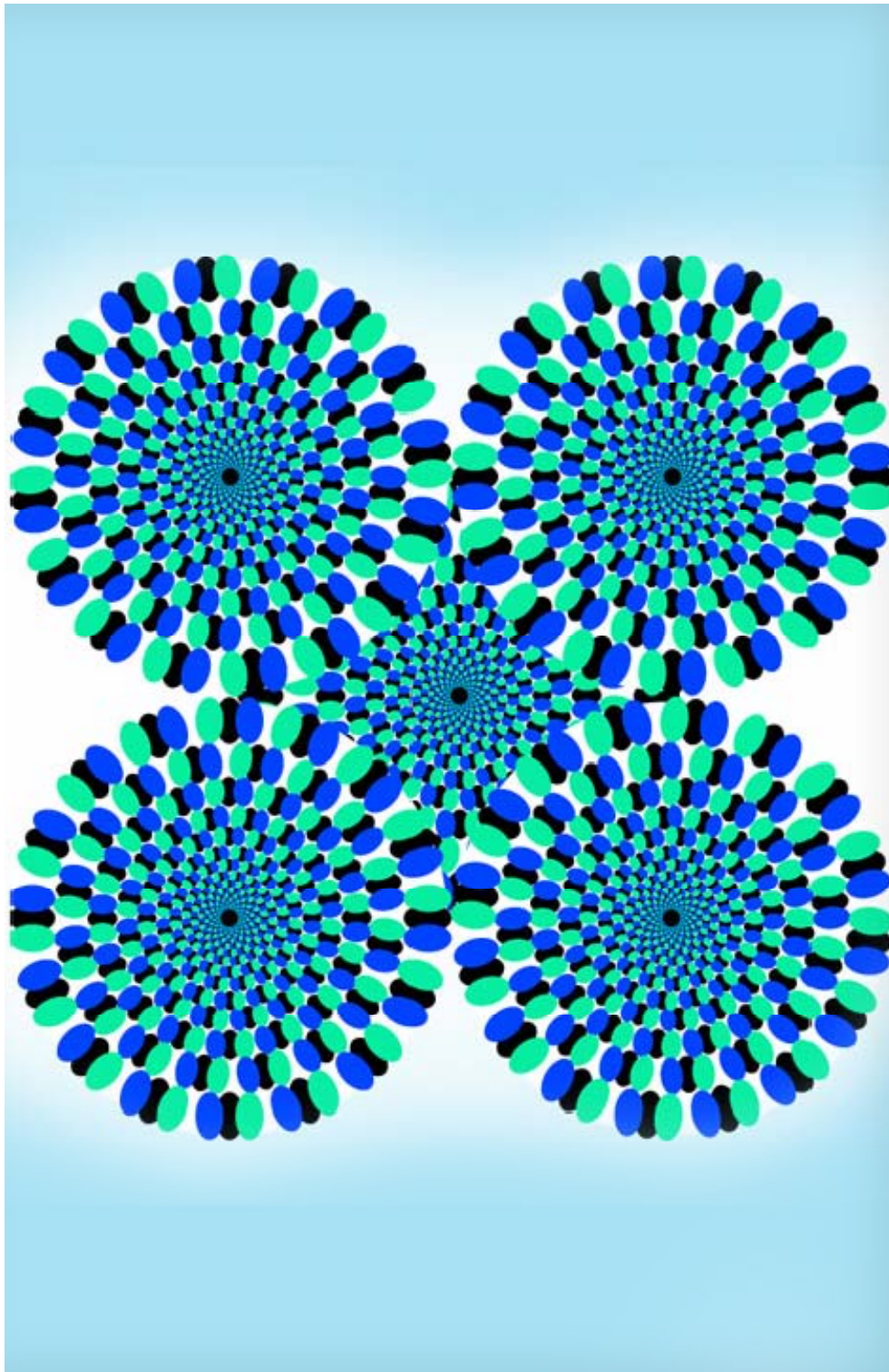


Mit dynamischen Übungen für die Augenbeweglichkeit trainieren Sie das lebendige Erfassen, Abtasten und visuelle "Be-Greifen" der Dinge in Ihrem Blickfeld. Die Übungen verhindern eine Überanstrengung Ihrer Augen, verbessern die Tränenproduktion sowie den Stoffwechsel und verhelfen Ihnen langfristig zu einer spürbar besseren Sehkraft.

Blicken Sie auf das Bild. Drehen sich alle vier Räder, wenn Ihre Augen über die Grafik wandern? Je beweglicher Ihre Augenmuskulatur ist, desto mehr scheinen sich die Räder zu drehen. Nach längerem konzentrierten Sehen kann es sein, dass Sie keine Bewegung mehr wahrnehmen. Der Grund: Ihre zwölf äußeren Augenmuskeln sind überanstrengt. Höchste Zeit, sie wieder fit zu machen!

# Eye Refresh

Mein Augentraining



2