

Hermann'sches Gitter



Mit den Eye Refresh Übungen trainieren Sie die Raumwahrnehmung, Ihre Gehirnleistung sowie die Farb- und Kontrastwahrnehmung. Durch die vielfältige visuelle Anregung sind 80% Ihrer neuronalen Verbindungen im Gehirn aktiv. Die Übungen regen Ihr Gehirn und die Augen zu einer dynamischen Zusammenarbeit an – so können Sie Ihre visuelle Wahrnehmung deutlich steigern.

Schauen Sie auf das Gitter. Sehen Sie die grauen Flecken an den Gitterkreuzungen? Sie existieren nicht wirklich, sondern nur in Ihrem Gehirn. Das graue Flimmern entsteht durch die Bewegung der Augen. Versuchen Sie einen dieser Punkte mit den Augen zu fangen: er wird verschwinden!

Eye Refresh

Mein Augentraining

