

SEEING CLEARLY

Die Augen & das Sehen verbessern mit der Feldenkrais Methode

David Webber ist Feldenkrais Practitioner aus Kanada. Mit 43 Jahren erblindete er plötzlich durch eine schwere Augenerkrankung. Durch Anwendung der Feldenkrais Methode ist es ihm in den 10 Jahren seither gelungen, einen Großteil seines Sehvermögens zurückzuerlangen.

David hat sich daher auf die Themen **Augen** und **Sehen** spezialisiert. Er reist inzwischen wieder selbstständig durch die Welt, hält Vorträge und Workshops, z.B. auf der 3rd North American Conference on Natural Vision Improvement (Oakland), der 20th International Conference on Holistic Vision (Genua) und der 21st International Conference on Holistic Vision (München).



„In this workshop you will learn to recognize and eliminate many of the most common habits which interfere with easy, effortless vision and learn new skills which will lead you to see more clearly. We will investigate three inter-dependent functions that help the eyes optimize vision: muscular effort, movement, and focus. You will learn to lower the muscular tonus of the muscles that move the eyes, and feel what it is like to have relaxed eyes - one of the necessary ingredients for a quieter, more receptive nervous system. You will also learn how to maintain fluid movement of the eyes in all directions, and to let go of the unnecessary effort that creates blind spots in the visual field, as well as effecting common movements such as turning, bending and walking. Finally, you will learn to focus the eyes accurately and without strain, while seeing from various directions and depths of focus.“

Wann: Freitag, 6. bis Sonntag, 8. Mai 2011

Fr: 15.00 bis 19.00, **Sa. & So:** 10.00 bis 17.00

Ort: Feldenkrais Institut Wien, Taborstraße 71/1a

Beitrag: € 330,- (inkl. MwSt), ermäßigt, z.B. Studierende: € 270,-

Unterrichtssprache: ist Englisch und bei Bedarf mit deutscher Dolmetschung.

Begrenzte TeilnehmerInnenzahl!

Anmeldung / Registration

Georg Miedl, Feldenkrais Institut Wien
Fon: +43 (0)699 1133 1043
E-Mail: training@feldenkraisinstitut.at
www.feldenkraisinstitut.at

Überweisung bitte an / Please pay to

Feldenkrais Institut Wien OG
Erste Bank, BLZ 20111; KtNr.: 28850874600
BIC: GIBAATWW; IBAN: AT152011128850874600
Zahlungsgrund: Seeing Clearly 2011