

Beate Hampe

Ganzheitliches Sehtraining

Kinesiologie

Augenoptik

WELL-VIEW

Ganzheitliches Sehtraining

Rosenweg 2a

27299 Etelsen

04235 / 451

WWW.WELL-VIEW.DE

Sehtraining@Well-View.de

D
E
N

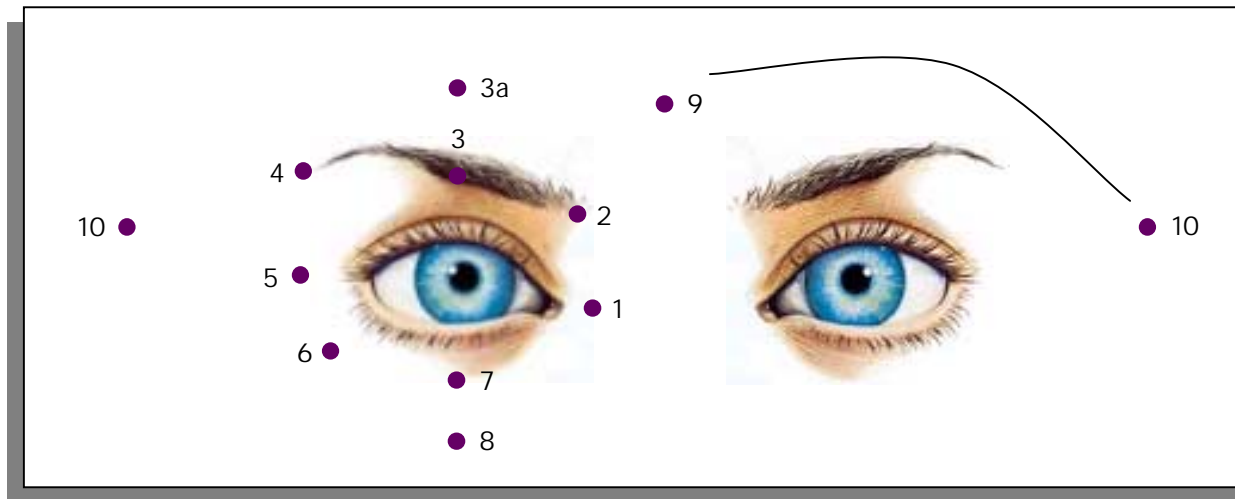
A
U
G
E
N

G U T E S T U N



Übung: Augenakupressur

Die Stimulation von Nerven- und Energiepunkten an den Augen und am Kopf durch leichtes Drücken mobilisiert die Selbstheilungskräfte für das Sehen. Da die Augen und die Augenpunkte über die Energiemeridiane mit den Körperorganen verbunden sind, wirkt diese Übung auch ganzkörperlich balancierend auf unseren Energiehaushalt. Mit der Druckpunktmassage haben Sie es „buchstäblich“ in der Hand, schnell für Ihr Wohlbefinden zu sorgen.



P 1	Blase 1, akute Augenprobleme, Müdigkeit, Augenmuskulatur	P 6	PaM 4, Astigmatismus, Augenschmerz, Hinterkopfschmerz
P 2	Blase 2, chronische Augenbeschwerden, Kopfschmerzen	P 7	Magen 1, alle Fehlsichtigkeiten, Tränenfluss, Augenkrankheiten
P 3	PaM 3, Kurzsichtigk., Augenmuskeln, Stirnkopfschm., Visualisation	P 8	Magen 2, Verspannungen der Augenmuskulatur
P 3a	Gallenblase 14, Blickfeld, Augenschmerz, schwankende Sehschärfe	P 9	PaM 1, „Drittes Auge“, allgemeine Vitalisierung der Augen
P 4	Dreifacherwärmer 23, Schwindel, Migräne, Sehstörungen	P 10	Dreifacherwärmer, Kopfschmerz, Sehstörungen
P 5	Gallenblase 1, rote Augen, Kurzsichtigk., Nachtblind, Gesichtsmus.	9+10	Gleichzeitig halten, Entspannung des gesamten Kopfbereiches

