

# News für die Augen



Die Natur schenkt sich in ihrer ganzen Fülle, alles sprießt und der Vogelgesang und die Wärme der Sonne stimmen uns fröhlich, sodass wir auch bei „zufälligen“ Begegnungen, spontan ein Lächeln schenken - der kürzeste Weg - zwischen - zwei Herzen 💕

Am **8. März** ist „**Weltfrauentag**“ und es geht auch darum einen „**Mit-Einander-Tag**“ zu erschaffen, ... einen "**Im-Inneren-Frieden-Sein-Tag**" zu kreieren ... immer und immer wieder ...

Mein **Geschenk zum 8. März** an **alle Frauen** - und auch **alle Männer** - ist ein **10% Rabatt auf die Seminargebühr** bei Buchung des Wochenendseminars "**Urlaub für die Augen**" - in Seeham von 11. bis 12. April 2026

bei **Anmeldung** bis - inklusive - **Freitag** den **13.3.2026 !!!** mit Angabe des **Aktionscodes "FREITAG 13.3.26"** Am besten gleich in den **Betreff des Emails** schreiben!

## Meine weiteren Angebote für die Augen ...

- **Augenspaziergang in Seekirchen**
- **Urlaub für die Augen in Seeham**
- **Ohne Brille wieder klarer sehen in Kärnten + Salzburg**
- **Individualtraining in Seekirchen**

Findest du unter [www.augen-vitaltraining.at](http://www.augen-vitaltraining.at)



## Die nächsten Termine um deinen Augen Gutes zu tun ...

### Augenspaziergang - Seekirchen am Wallersee

[mehr Infos](#)

**Samstag 07. März 2026 um 14.30 Uhr** - Uhrzeit geändert!

**Treffpunkt:** Eingang zum Strandbad Seekirchen, vor dem Restaurant.

Bitte beachten: **Parkgebühr frei** von 1. Oktober 2025 bis 1. April 2026 - ab dann kostenpflichtig, aber immer kostenfrei entlang der Bahn, ab Bahnschranken.

**Anmeldung** bei Madelaine Worliczek per Email [info@augen-vitaltraining.at](mailto:info@augen-vitaltraining.at) oder telefonisch unter +43 664 2305630 bis **06. März 2026** 23.59 Uhr!

**Kosten: € 16,00** pro Person

**Weiterhin** gibt es die Möglichkeit **Augenspaziergänge "en bloc"** zu kaufen - heißt: ein **5er-Block-Gutschein** für 6 Augenspaziergänge, wobei fünf Augenspaziergänge im Vorhinein gezahlt werden und der sechste - **letzte** - Augenspaziergang - frei ist!

**Kosten: € 80,00** pro Person

#### Weitere Termine in Seekirchen

28. März 2026 15.00 Uhr - Uhrzeit geändert)

02. Mai 2026 (15.00 Uhr)

06. Juni 2026 (15.00 Uhr)

04. Juli 2026 (15.00 Uhr)

01. August 2026 (15.00 Uhr)

05. September 2026 (15.00 Uhr)

03. Oktober 2026 (15.00 Uhr)



## Urlaub für die Augen - ein Wochenendkurs - für den entspannten Blick, in Seeham [mehr Infos](#)

**Samstag 11. bis Sonntag 12. April 2026** (Sa 9-18 Uhr, So 9-17 Uhr)

Das Sehtraining vermittelt erprobte Übungen, die später eigenständig weiter praktiziert werden können.

In der Gruppe werden wir gemeinsam das Sehen und die Wechselwirkung mit unserem Körper erforschen und genießen.

Der interaktive Seminarstil trägt dazu bei, dass jede/r ihre/seine Anliegen einbringen kann und Antworten bekommt.

In lockerer Atmosphäre - mit vielen spielerischen Seh- und Augenübungen - werden Augenbeweglichkeit und Augenvitalität spürbar verbessert.

Wir arbeiten drinnen und draußen.

Ein Kurzurlaub, der den ganzen Körper und vor allem die Augen entspannt und wieder mit klarem Blick sehen lässt!

Gewinne des Wochenendseminars

- mehr Bewusstheit für die eigenen Augen
- Körper- und Augenentspannung
- mehr Augenbeweglichkeit
- vitale Augen und mehr Sehqualität
- lebendiges Sehen und weiter Blick

**Anmeldung** zum **Kurs** bei **Madelaine Worliczek**

per Email [info@augen-vitaltraining.at](mailto:info@augen-vitaltraining.at)

oder Tel. +43 664 2305630 oder Webseite [www.augen-vitaltraining.at](http://www.augen-vitaltraining.at)

**Weiterer Termin in Seeham**

**Samstag 22. bis Sonntag 23. August 2026** (Sa 9-18 Uhr, So 9-17 Uhr)

**Seminarort Seeham - Biohotel Schiessentobel, Familie Rosenstatter**

**Anmeldung Hotel Schiessentobel 1**, A-5164 Seeham, Salzburger Seenland

Tel.: [+43 6217 53 86](tel:+4362175386) Fax: +43 6217 53 86-66

E-Mail: [info@schuessentobel.at](mailto:info@schuessentobel.at)

Web: [www.schuessentobel.at/](http://www.schuessentobel.at/)



## Ohne Brille wieder klarer sehen – ein Wochenende in St. Oswald bei Eberstein, Kärnten [mehr Infos](#)

**Freitag 29. bis Sonntag 31. Mai 2026**

An diesem Wochenende wirst du staunend feststellen, wie sehr sich deine Sehkraft durch einfache Übungen verbessern kann.

Wir werden an diesem Wochenende die wichtigsten Sehtraining-Übungen in Theorie und Praxis durchgehen und du wirst lernen, wie du diese in deinen Alltag integrieren kannst.

**„Augen brauchen mehr als Brille und Kontaktlinsen“  
und du kannst selbst etwas für deine Augen tun!**

**Du hast es in deiner Hand, wie gut du siehst!**

**Tipp** - Bequeme Kleidung und die Möglichkeit *ohne Brille oder Kontaktlinsen zu üben* sind empfehlenswert!

*Sehtraining ist kein Ersatz für ärztliche Diagnose und Therapie!*

**Anmeldung** zum **Kurs** bei **Madelaine Worliczek**  
per Email [info@augen-vitaltraining.at](mailto:info@augen-vitaltraining.at)  
oder Tel. +43 664 2305630 oder Webseite [www.augen-vitaltraining.at](http://www.augen-vitaltraining.at)

### **Zeit**

**Fr** 18.00 Uhr Ankommen, 18.30 Uhr Abendessen, 20.00 Uhr Einführungsvortrag und Schnupperkurs

**Sa** 9.15 Uhr – 18.00 Uhr **So** 9.15 Uhr – 12.00 Uhr

### **Seminarort Kärnten**

**Biohotel Arche**, 9372 St. Oswald bei Eberstein, **Kärnten**

**Anmeldung Hotel: Bioarche**, bitte direkt bei **Ilmar Tessmann**

Tel.: +43 42648120, [hotel@bioarche.at](mailto:hotel@bioarche.at)