



Gesunde Augen trotz Computer: Wie man Sehproblemen vorbeugt und die Augen trainiert



Download



Online Lesen

[Click here](#) if your download doesn't start automatically

Gesunde Augen trotz Computer: Wie man Sehproblemen vorbeugt und die Augen trainiert

Leo Angart

Gesunde Augen trotz Computer: Wie man Sehproblemen vorbeugt und die Augen trainiert Leo Angart

 [Download Gesunde Augen trotz Computer: Wie man Sehproblemen ...pdf](#)

 [Online lesen Gesunde Augen trotz Computer: Wie man Sehproblem ...pdf](#)

Downloaden und kostenlos lesen Gesunde Augen trotz Computer: Wie man Sehproblemen vorbeugt und die Augen trainiert Leo Angart

64 Seiten

Kurzbeschreibung

Effektive Hilfe: Müde Augen, verschwommene Sicht, Kopfschmerzen - wer viel am Bildschirm arbeitet, kennt diese Symptome. Leo Angart hat ein Sehtraining speziell für Computer-Nutzer zusammengestellt, das die typischen Probleme behandelt und Maßnahmen zur Entspannung der Augen und Linderung von Beschwerden erläutert. Er geht auf Sehschwächen wie Astigmatismus, Kurz- und Weitsichtigkeit, Presbyopie sowie Koordinationsprobleme ein, die sich durch die Arbeit am Bildschirm verschärfen können, bietet Sehtests und ein effektives Trainingsprogramm. So kann man mit einfachen Übungen das Sehvermögen verbessern – für gesunde, leistungsfähige Augen. Über den Autor und weitere Mitwirkende
Leo Angart, geboren in Dänemark, ist Business Consultant, Autor und Trainer. Er trug über 25 Jahre eine Brille, bis es ihm vor 20 Jahren gelang, von jeglicher Sehhilfe loszukommen. Er leitet seit 1996 weltweit Workshops zum Thema Sehtraining und Arbeiten am Computer. 2004 erschien bei nymphenburger sein Bestseller "Vergiss deine Brille", 2005 "Gesund am Computer", 2009 "Wieder lesen ohne Brille", 2012 "Kinder brauchen keine Brille".

www.vision-training.com/de

Download and Read Online Gesunde Augen trotz Computer: Wie man Sehproblemen vorbeugt und die Augen trainiert Leo Angart #0W6B1TH7LPPF

Lesen Sie Gesunde Augen trotz Computer: Wie man Sehproblemen vorbeugt und die Augen trainiert von Leo Angart für online ebook
Gesunde Augen trotz Computer: Wie man Sehproblemen vorbeugt und die Augen trainiert von Leo Angart Kostenlose PDF d0wnl0ad, Hörbücher, Bücher zu lesen, gute Bücher zu lesen, billige Bücher, gute Bücher, Online-Bücher, Bücher online, Buchbesprechungen epub, Bücher lesen online, Bücher online zu lesen, Online-Bibliothek, greatbooks zu lesen, PDF Beste Bücher zu lesen, Top-Bücher zu lesen
Gesunde Augen trotz Computer: Wie man Sehproblemen vorbeugt und die Augen trainiert von Leo Angart Bücher online zu lesen.
Online Gesunde Augen trotz Computer: Wie man Sehproblemen vorbeugt und die Augen trainiert von Leo Angart ebook PDF herunterladen
Gesunde Augen trotz Computer: Wie man Sehproblemen vorbeugt und die Augen trainiert von Leo Angart Doc
Gesunde Augen trotz Computer: Wie man Sehproblemen vorbeugt und die Augen trainiert von Leo Angart Mobipocket
Gesunde Augen trotz Computer: Wie man Sehproblemen vorbeugt und die Augen trainiert von Leo Angart EPub