

# Sehtraining - ein Spaziergang für die Augen!

Kursnummer	26X230106
Beginn	Samstag, 27.06.2026, 11:30 - 13:30 Uhr
Dauer	1 Termin(e)
Ort	Hültzplatz (Eingang zum Stadtwald) - (Haltestelle Aachener Straße, ,
Lehrkraft	Gerlinde Riese
Kursentgelt	15,00 €

Für alle, die aktiv etwas für ihr gutes und klares Sehen tun möchten: Unsere Augen haben nämlich Muskeln. Und das Ambiente des Kölner Grüns bietet sich optimal dazu an, um unsere Augen zu trainieren und zu entspannen. Bei einem kleinen Spaziergang im Stadtwald werden Sie Übungen kennenlernen, die Sie jederzeit im Alltag unterwegs oder auch zu Hause praktizieren können.

Bequeme und gegebenenfalls auch regenabweisende Kleidung (Zwiebellook) und eine Wasserflasche mitbringen.

**Treffpunkt:** Hültzplatz (Eingang zum Stadtwald) - Haltestelle Aachener Straße / Gürtel.

## Kurstermine

Datum	Uhrzeit	Ort
27.06.2026	11:30 - 13:30 Uhr	Hültzplatz (Eingang zum Stadtwald) - (Haltestelle Aachener Straße

[zur Kursdetail-Seite](#)