

E

HT

AERB

DNAKNILB

OTYRTESAELP

STLUSERTSEBROF

YRTOTEUOINHCETTSEBEHT

tnirpeziissihdaarotelbaebtonyamuoy

# Cruce sus ojos

para aclarar esta letra mantenga el lápiz punta arriba, mitad de recorrido . Mire la punta y observe los puntos arriba. Ve cuatro? , mueva el lápiz mas cerca o lejos hasta ver tres . Para ver tres sin el lápiz , mire el punto central y lleve despacio el lápiz hacia su nariz. Se ve nítido con los ojos cruzados ?

# Cruce sus ojos

para aclarar esta letra mantenga el lápiz punta arriba, mitad de recorrido . Mire la punta y observe los puntos arriba. Ve cuatro? , mueva el lápiz mas cerca o lejos hasta ver tres . Para ver tres sin el lápiz , mire el punto central y lleve despacio el lápiz hacia su nariz. Se ve nítido con los ojos cruzados ?

# Cruce sus ojos

para aclarar esta letra mantenga el lápiz punta arriba, mitad de recorrido . Mire la punta y observe los puntos arriba. Ve cuatro? , mueva el lápiz mas cerca o lejos hasta ver tres . Para ver tres sin el lápiz , mire el punto central y lleve despacio el lápiz hacia su nariz. Se ve nítido con los ojos cruzados ?

# Cruce sus ojos

para aclarar esta letra mantenga el lápiz punta arriba, mitad de recorrido . Mire la punta y observe los puntos arriba. Ve cuatro? , mueva el lápiz mas cerca o lejos hasta ver tres . Para ver tres sin el lápiz , mire el punto central y lleve despacio el lápiz hacia su nariz. Se ve nítido con los ojos cruzados ?

Si no puede ver estas letras, no se estrese. Cuanto mas se estrese peor verá. El secreto de la buena visión es la relajación. Exceso de tensión en la musculatura de la visión dificulta la circulación y hace una vista inflexible e insensible. Para aclarar este texto, converja como arriba. Puede ver las letras a traves de los puntos mientras converge?

Si no puede ver estas letras, no se estrese. Cuanto mas se estrese peor verá. El secreto de la buena visión es la relajación. Exceso de tensión en la musculatura de la visión dificulta la circulación y hace una vista inflexible e insensible. Para aclarar este texto, converja como arriba. Puede ver las letras a traves de los puntos mientras converge?

Si no puede ver estas letras, no se estrese. Cuanto mas se estrese peor verá. El secreto de la buena visión es la relajación. Exceso de tensión en la musculatura de la visión dificulta la circulación y hace una vista inflexible e insensible. Para aclarar este texto, converja como arriba. Puede ver las letras a traves de los puntos mientras converge?

Si no puede ver estas letras, no se estrese. Cuanto mas se estrese peor verá. El secreto de la buena visión es la relajación. Exceso de tensión en la musculatura de la visión dificulta la circulación y hace una vista inflexible e insensible. Para aclarar este texto, converja como arriba. Puede ver las letras a traves de los puntos mientras converge?

Puede superponer estos ojos párrafo sobre los otros párrafos convergiendo a diferentes distancias. Acerque el lápiz para converger más o aleje para converger menos. ¿Tiene que converger más para aclararlas? . Observe la profundidad del párrafo central cuando converge. Respire.

Puede superponer estos ojos párrafo sobre los otros párrafos convergiendo a diferentes distancias. Acerque el lápiz para converger más o aleje para converger menos. ¿Tiene que converger más para aclararlas? . Observe la profundidad del párrafo central cuando converge. Respire.

Puede superponer estos ojos párrafo sobre los otros párrafos convergiendo a diferentes distancias. Acerque el lápiz para converger más o aleje para converger menos. ¿Tiene que converger más para aclararlas? . Observe la profundidad del párrafo central cuando converge. Respire.

Puede superponer estos ojos párrafo sobre los otros párrafos convergiendo a diferentes distancias. Acerque el lápiz para converger más o aleje para converger menos. ¿Tiene que converger más para aclararlas? . Observe la profundidad del párrafo central cuando converge. Respire.

Puede superponer estos ojos párrafo sobre los otros párrafos convergiendo a diferentes distancias. Acerque el lápiz para converger más o aleje para converger menos. ¿Tiene que converger más para aclararlas? . Observe la profundidad del párrafo central cuando converge. Respire.

Puede superponer estos ojos párrafo sobre los otros párrafos convergiendo a diferentes distancias. Acerque el lápiz para converger más o aleje para converger menos. ¿Tiene que converger más para aclararlas? . Observe la profundidad del párrafo central cuando converge. Respire.

Puede superponer estos ojos párrafo sobre los otros párrafos convergiendo a diferentes distancias. Acerque el lápiz para converger más o aleje para converger menos. ¿Tiene que converger más para aclararlas? . Observe la profundidad del párrafo central cuando converge. Respire.

Puede superponer estos ojos párrafo sobre los otros párrafos convergiendo a diferentes distancias. Acerque el lápiz para converger más o aleje para converger menos. ¿Tiene que converger más para aclararlas? . Observe la profundidad del párrafo central cuando converge. Respire.

Relájese mientras se aclaran estas pequeñas letras. Aprenda a esperar que se aclaren. Si las ve borrosas , con fantasmas o líneas, no haga nada. Permita que se aclare sola. No se esfuerce por aclararla. Respire, parpadee y practique relajar los pies, pelvis, estómago, manos, espalda, cuello, mandíbula, ojos. Respire. Pruebe parpadear rápido y despacio, esta nueva forma de enfocar se volverá más poderosa y automática, y verá más nítido.

Relájese mientras se aclaran estas pequeñas letras. Aprenda a esperar que se aclaren. Si las ve borrosas , con fantasmas o líneas, no haga nada. Permita que se aclare sola. No se esfuerce por aclararla. Respire, parpadee y practique relajar los pies, pelvis, estómago, manos, espalda, cuello, mandíbula, ojos. Respire. Pruebe parpadear rápido y despacio, esta nueva forma de enfocar se volverá más poderosa y automática, y verá más nítido.

Relájese mientras se aclaran estas pequeñas letras. Aprenda a esperar que se aclaren. Si las ve borrosas , con fantasmas o líneas, no haga nada. Permita que se aclare sola. No se esfuerce por aclararla. Respire, parpadee y practique relajar los pies, pelvis, estómago, manos, espalda, cuello, mandíbula, ojos. Respire. Pruebe parpadear rápido y despacio, esta nueva forma de enfocar se volverá más poderosa y automática, y verá más nítido.

Relájese mientras se aclaran estas pequeñas letras. Aprenda a esperar que se aclaren. Si las ve borrosas , con fantasmas o líneas, no haga nada. Permita que se aclare sola. No se esfuerce por aclararla. Respire, parpadee y practique relajar los pies, pelvis, estómago, manos, espalda, cuello, mandíbula, ojos. Respire. Pruebe parpadear rápido y despacio, esta nueva forma de enfocar se volverá más poderosa y automática, y verá más nítido.

Relájese mientras se aclaran estas pequeñas letras. Aprenda a esperar que se aclaren. Si las ve borrosas , con fantasmas o líneas, no haga nada. Permita que se aclare sola. No se esfuerce por aclararla. Respire, parpadee y practique relajar los pies, pelvis, estómago, manos, espalda, cuello, mandíbula, ojos. Respire. Pruebe parpadear rápido y despacio, esta nueva forma de enfocar se volverá más poderosa y automática, y verá más nítido.

Relájese mientras se aclaran estas pequeñas letras. Aprenda a esperar que se aclaren. Si las ve borrosas , con fantasmas o líneas, no haga nada. Permita que se aclare sola. No se esfuerce por aclararla. Respire, parpadee y practique relajar los pies, pelvis, estómago, manos, espalda, cuello, mandíbula, ojos. Respire. Pruebe parpadear rápido y despacio, esta nueva forma de enfocar se volverá más poderosa y automática, y verá más nítido.

Relájese mientras se aclaran estas pequeñas letras. Aprenda a esperar que se aclaren. Si las ve borrosas , con fantasmas o líneas, no haga nada. Permita que se aclare sola. No se esfuerce por aclararla. Respire, parpadee y practique relajar los pies, pelvis, estómago, manos, espalda, cuello, mandíbula, ojos. Respire. Pruebe parpadear rápido y despacio, esta nueva forma de enfocar se volverá más poderosa y automática, y verá más nítido.

Relájese mientras se aclaran estas pequeñas letras. Aprenda a esperar que se aclaren. Si las ve borrosas , con fantasmas o líneas, no haga nada. Permita que se aclare sola. No se esfuerce por aclararla. Respire, parpadee y practique relajar los pies, pelvis, estómago, manos, espalda, cuello, mandíbula, ojos. Respire. Pruebe parpadear rápido y despacio, esta nueva forma de enfocar se volverá más poderosa y automática, y verá más nítido.