

Lachend in den Tag

Wer den Tag mit einem Lachen beginnt, hat ihn bereits gewonnen. Mit diesem Morgen-Ritual bringst du dich auf Gute-Laune-Kurs. Diese tägliche Routine, belohnt Dich mit heiterer Gelassenheit, innerer Ruhe und Zufriedenheit.

Mit Kerstin Sauerbrey



Body Percussion

Entdecke Deinen Körper als einzigartiges Rhythmus- und Klang-instrument. Wir verbinden Bewegung, Rhythmus und Sprechen auf spielerische Art. Lass dich überraschen mit der Badewanne in der Savanne oder Beeren & Bären im Wald. Lachyoga in Verbindung mit Body Percussion: getestet und für gut befunden!

Mit Monika Roth

Lachschule



Körper-Reise zum Drachenlachen

Schüttel den Alltag ab und lausche, wie dein Lächeln durch den Körper reist. Wenn dann der Lachdrache erwacht, das Lachen entfacht und zum Lachangriff übergeht, sind deine Lachmuskeln bestens aufgewärmt.

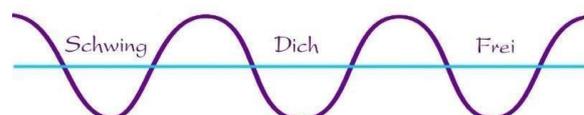
Mit Grit Senfter



Swinging Happiness

Auf dem Trampolin bringst du mit Leichtigkeit dein Herz- Kreislaufsystem in Schwung. Jeder Muskel und jede Körperzelle wird von dieser Schwingung sanft bewegt, aktiviert und gelockert. Springen macht glücklich und sorgt für Stressabbau. Kombiniert mit Lachübungen erlebst du Leichtigkeit und pure Lebensfreude.

Mit Manuela Dumbeck



*Wir lachen nicht, weil wir glücklich sind.
Wir sind glücklich, weil wir lachen.*

Gibberish Dating

Das universelle Kommunikationsmittel - weltweit verständlich und mit unverwechselbarem Charakter kannst du mit Gibberish jedes Date wagen. Mal laut, mal leise, wild, schüchtern oder romantisch. Trau Dich!

Mit Sabine Dreyer

LACHYOGA
Baden Baden

Improspiele

Mit Spaß und Flexibilität Übungen aus der Improvisation in die Lach-Session einbauen. Kennenlerner, Ice-Breaker, Zungenbrecher und mehr... Mach das Hirn frei mit dynamischen Fun Breaks, lockeren Warm-ups oder wertschätzenden Sprachspielereien.

Mit Kosima Nagpal

LACHYOGA
WIESBADEN

Wie wir Geld ganz einfach zum Lachen bringen

Lachend räumen wir mit alten Irrtümern über Geld auf. Macht Geld uns Angst oder Sorgen? Glück, Neid, Gier ... Heiter bringen wir jede Menge Spaß, Freude und Leichtigkeit in unsere Finanzen und lassen unseren Geldbeutel erlachen. Reichtum & Fülle dürfen sich ausbreiten.

Mit Susanne Klaus

STUTTGARTER 
LACHSCHULE

Das Kind in Dir

Kindliche Verspieltheit führt schnell zu spontanem und freudvollem Lachen. Sie ermöglicht das Sein im Moment und den spielerischen Umgang mit dem, was sich zeigt. Erkunde deine eigene Verspieltheit. Finde einen leichten Zugang zu alten und neuen Übungen. Mit Freude und Achtsamkeit, ganz im Hier & Jetzt. Bereichernde Impulse für dich und deine LY-Stunden.

Mit Sandra Mandl

Sitzen & lachen

Von der körperlichen Belastung entsprechend einer leichten Gymnastik lässt sich LY wunderbar auf dem Stuhl ausüben. Gruppen mit besonderen Bedürfnissen haben sitzend einen einfacheren Zugang zu dieser Kombination aus Lachen und Bewegung.

Mit Sandra Mandl



*Wir lachen nicht, weil wir glücklich sind.
Wir sind glücklich, weil wir lachen.*

© LACHYOGA
WIESBADEN

Healthy Moves unlimited

Gesunde Bewegungen? Winken, Wasser streicheln, summen. Was passiert denn da? Yoga, Brain Gym, QiGong, Pilates... Wir schöpfen aus allem, starten den Lachkonfigurator und machen eine Lach-Übung daraus.

Mit Kosima, Susanne & Karin



Ein Tag im Lachland

Jede Alltagstätigkeit mit einem Lachen verbinden. Nicht zu glauben? Probier's mal aus. Erst seit Kurzem unterwegs im Lachland entdecke ich unaufhörlich neue Lachgelegenheiten. Komm mit und hol Dir Anregungen für einen fröhlichen Alltag.

Mit Thorsten Gnida-Cink

Der Lachyogi

YOUR Time

Lachfreiheit für alle. Tauscht Euch aus. Zeigt Eure **Lieblingsübungen**. Findet heraus, wie Kichermaxe und Lachtrude aus Nachbarstadt es so heiter treiben. Hier ist **Eure Plattform**, Eure Zeit, um noch mehr kennenzulernen, weiterzugeben und noch mehr zu lachen. Wir freuen uns schon auf sooo viele mitgebrachte **Lach-Überraschungen**.

Moderation Axel Becker



Lachschule Hunsrück

Playtime: Spiele, Spiele, Spiele

Zählen, schütteln, springen, rechts-links, singen, weiterlachen ☺ Im Grunde brauchen wir nichts außer unserer Ideen und etwas Kreativität. Spiele für Gruppen mit viel Spaß an der Freud. Spiel mit uns.

Mit Christine Frölich

Mit Sabine Dreyer



LACHCLUB WONNEGAU

LACHYOGA Baden Baden

Teilnahmebeitrag
Anmeldung unter

60,- € ganzer Tag zzgl. 10,-€ Mittagessen
lachyoga@vodafone.de

0160 7989466

0611 3085834

*Wir lachen nicht, weil wir glücklich sind.
Wir sind glücklich, weil wir lachen.*

© LACHYOGA
WIESBADEN