

## Endlich wissen, was es mit diesem Lachyoga auf sich hat?

Wissenswertes rund ums Lachen und Lachyoga.

Gibt es eine Lachwissenschaft?

Kann man lachen wirklich lernen?

Wie, wann & wo ist Lachyoga entstanden?

Warum mehr Lachen in Krisen-Zeiten?

Welche positiven Auswirkungen hat Lachen auf uns?

Was passiert in und mit uns, wenn wir lachen?

Und dann auch noch wirklich zusammen lachen!!!

Reden können wir viel, doch es zu spüren ist etwas ganz anderes!

### Atmen – Lächeln – Lachen – Staunen – Seufzen – Lächeln

Mal laut, mal leise, vielleicht schüchtern oder auch durcheinander lachen und unsere Freude wecken. Das alles gehört dazu, wenn wir zusammen die ersten Schritte ins Lachland machen.

#### Termine 2022

Fr 07. Jan. von 18:00 - 19:30 Uhr

Sa 29. Jan. von 11:00 - 12:30 Uhr

Sa 05. Feb. von 16:00 - 17:30 Uhr

Workshop online - 90 min/20,-€ p. P

#### Anmeldung

Tel.: 0160 7989466

E-Mail: lachyoga@vodafoneemail.de

## Willkommen beim Workshop für Einsteiger

Wir treffen uns online auf der Plattform Zoom



Kosima Nagpal

Certified LY Teacher & Trainer

[www.lachyoga-wiesbaden.de](http://www.lachyoga-wiesbaden.de)

**LACHYOGA  
WIESBADEN**