

Lachyoga-Ausbildung

In der Ausbildung zum Lachyoga-Leiter bzw. zur Leiterin lernen Sie Lachyoga an einem einzigen Wochenende intensiv kennen.

Anschließend können Sie das Lachen in Ihre Arbeit integrieren, aber auch selbst Lachyogakurse anbieten und sogar einen Lachclub gründen.

Aber auch, wenn Sie sich erst einmal nur selbst etwas Gutes tun möchten, sich mit viel Lachenergie auffüllen und den Alltag komplett hinter sich lassen möchten – an diesem Wochenende haben Sie die Gelegenheit dazu.

Nach erfolgreicher Teilnahme erhalten Sie das Zertifikat der „Laughter Yoga International University“, an deren Richtlinien sich die Ausbildung orientiert.



Inhalte sind

- Ursprung und Entwicklung der Lachyogabewegung
- Was ist Lachyoga, welches sind seine Einsatzgebiete?
- Lachyoga und Stärkung der körperlichen, seelischen und sozialen Gesundheit
- Aufbau einer Lachyogastunde
- Mehrere Lacherlebnis-Sessions mit unterschiedlichsten Lachaktivitäten
- Anleitung von Lachübungen, Klatsch-Dehn- und Atemübungen
- Spiele, Singen, Tanzen im Lachyoga
- Wie lässt sich das Lachen in den eigenen Alltag integrieren?
- Gründung eines Lachclubs

Kursgebühr

330 Euro

Anmeldung unter:
Haus am Regenbaum
Beinstr.11
73430 Aalen

www.hausamregenbaum.de

Tel.: 07361 5559723

Bei Anmeldung bis zum 01.09.19 gilt der Frühbucherrabatt: 300 Euro.

Organisatorisches:

Während des Seminars stehen in den Pausen Getränke und Gebäck bereit. In der Mittagspause gibt es eine warme Mahlzeit.

Nach der verbindlichen Anmeldung erhalten Sie eine Mail mit weiteren organisatorischen Details.

12 Tage vor dem Seminar erhalten alle TeilnehmerInnen ein Skript von Dr. Madan Kataria als pdf-Datei. Diese bitte vor dem Seminar durchlesen.