

## Lachend durch das Jahr in Bensheim 😊

Lachen ist gesund – Lachen ist ansteckend – Lachen verbindet

Wann: ab 20. Februar jeden 3. Mittwoch im Monat

Uhrzeit: 18:03 bis 19:03 Uhr

Weitere Termine: 20.03./17.04./15.05./19.06./17.07./14.08./18.09./16.10./

14.11./18.12./Weltlachtag:05.05.2019 – Lachen für den Weltfrieden

Wo: Mehrgenerationenhaus Caritas Zentrum  
Franziskushaus, Klostergasse 5, 64625 Bensheim



Ohne Anmeldung – einfach vorbeikommen und mitlachen.

Gebühr: eine gute Portion Lachbereitschaft;  
Spende willkommen.

Lachyoga ist eine einzigartige Methode, die Lachen mit Atemtechniken kombiniert und bei der jeder ohne Grund lachen kann. Wir brauchen keine Witze, keine Comedy und auch keinen Humor. Wir lachen in der Gruppe mit Hilfe von Übungen: das anfänglich gespielte Lachen kann durch Blickkontakte, Klatschen und kindlich-spielerische Verhaltensweisen zu einem ansteckenden, echten und herzlichen Lachen werden. Lachyoga kombiniert Lachen, Klatschen und Atemübungen und ist für Menschen aller Altersgruppen geeignet.

Keine Vorkenntnisse notwendig – Lachen kann jeder Mensch. Mitzubringen sind eine Übungs- oder Yogamatte und eine Decke für die Meditation am Ende der Sitzung.

Lachtrainerin:

Petra Kiel, Bensheim

Telefon: 01511 573 2275

Weitere Informationen auch unter [www.lachschule-odenwald.de](http://www.lachschule-odenwald.de)



😊 Ho Ho Ha Ha Ha 😊

## Lachend durch das Jahr in Bensheim 😊

Lachen ist gesund – Lachen ist ansteckend – Lachen verbindet

Wann: ab 20. Februar jeden 3. Mittwoch im Monat

Uhrzeit: 18:03 bis 19:03 Uhr

Weitere Termine: 20.03./17.04./15.05./19.06./17.07./14.08./18.09./16.10./

14.11./18.12./Weltlachtag:05.05.2019 – Lachen für den Weltfrieden

Wo: Mehrgenerationenhaus Caritas Zentrum  
Franziskushaus, Klostergasse 5, 64625 Bensheim



Ohne Anmeldung – einfach vorbeikommen und mitlachen.

Gebühr: eine gute Portion Lachbereitschaft;  
Spende willkommen.

Lachyoga ist eine einzigartige Methode, die Lachen mit Atemtechniken kombiniert und bei der jeder ohne Grund lachen kann. Wir brauchen keine Witze, keine Comedy und auch keinen Humor. Wir lachen in der Gruppe mit Hilfe von Übungen: das anfänglich gespielte Lachen kann durch Blickkontakte, Klatschen und kindlich-spielerische Verhaltensweisen zu einem ansteckenden, echten und herzlichen Lachen werden. Lachyoga kombiniert Lachen, Klatschen und Atemübungen und ist für Menschen aller Altersgruppen geeignet.

Keine Vorkenntnisse notwendig – Lachen kann jeder Mensch. Mitzubringen sind eine Übungs- oder Yogamatte und eine Decke für die Meditation am Ende der Sitzung.

Lachtrainerin:

Petra Kiel, Bensheim

Telefon: 01511 573 2275

Weitere Informationen auch unter [www.lachschule-odenwald.de](http://www.lachschule-odenwald.de)



😊 Ho Ho Ha Ha Ha 😊