

Hans-Martin Bauer, deutschlandweit bekannter Lachyoga-Trainer vom Lachclub Stuttgart, veranstaltet am 26.1.2008 unseren alljährlichen Lachyoga-Workshop. Im Spiel wird er uns zum Lachen bringen, Freude verbreiten, die Kommunikation bereichern und unsere Phantasie beflügeln. Rollenspiele mit Übungen zur humorvollen Alltagskommunikation stehen im Mittelpunkt dieses Workshops.

Hans-Martin Bauer sagt:

"Im Spiel ist der Mensch wirklich".

Der Lachclub Frankfurt erfreut seit 1999 die Frankfurter und zeigt Lach-Yoga nach der Methode des indischen Arztes Dr.Madan Kataria. Weltweit wird in mehr als 5000 Clubs das "Lachen ohne Grund" angewandt, das im Wechsel mit aktiver Bewegung und Tiefenatmung, Körper, Geist und Seele aktiviert. Selbstheilungskräfte werden mobilisiert, Stress und Ängste abgebaut und Achtsamkeit für den eigenen Körper erlernt. Brigitte Kottwitz ist zertifizierte Lachyogatrainerin und Ambassador of Laughter. Wir treffen uns jeden Donnerstag in der Marschnerstraße 3 um 18.15 Uhr zum gemeinsamen Lachen und im Sommer im Holzhausspark.

Weitere Infos: www.lachclub-frankfurt.de
oder www.lachclub.info

