



## Zertifizierte LachYoga Leiter Ausbildung nach Dr. Madan Kataria im Kloster Heiligkreuztal

### Die Ausbildung für mehr Lebensfreude, Entspannung und Gesundheit.

Dieses **2tägige Intensivtraining** richtet sich an alle, die das Lachen und die Methode LachYoga in ihr Leben integrieren und dies auch weitervermitteln möchten, sei es im eigenen beruflichen Umfeld oder als neues oder weiteres berufliches Standbein.

Und das **erleben und lernen** Sie an diesen beiden Tagen:

- Entstehung und Entwicklung von LachYoga
- Grundprinzipien des Lachens ohne Grund
- Erkenntnisse aus der Gelotologie – der Wissenschaft des Lachens
- Wirkungen und Wirkungsbereiche
- Vielfältige Lachübungen nach Dr. Madan Kataria
- Kraftvolle Lachmeditation
- Aufbau einer LachYoga Stunde
- Gründung eines eigenen LachClubs
- Lachen und LachYoga in div. Gruppen und Einrichtungen

### Ablauf der beiden Tage

- Theoretischer Input
- Viel praktisches Üben mit hohem Selbsterfahrungsanteil
- Viel Spaß
- Und Entspannung

Nach diesen beiden Tagen sind Sie **befähigt** die Methode LachYoga selbst täglich zu nutzen und Sie können LachYoga in Gruppen anleiten und weitervermitteln. Sie erhalten dafür das **handsignierte Originalzertifikat**.

Die **Trainingszeiten** sind am 1. Tag 9.30-18.00 Uhr und am 2.Tag 9.00-16.30 Uhr

**Investition:** 280 € inkl.MwSt. inklusive Skript und Zertifikat