

20 YEARS
LAUGH FOR
NO REASON

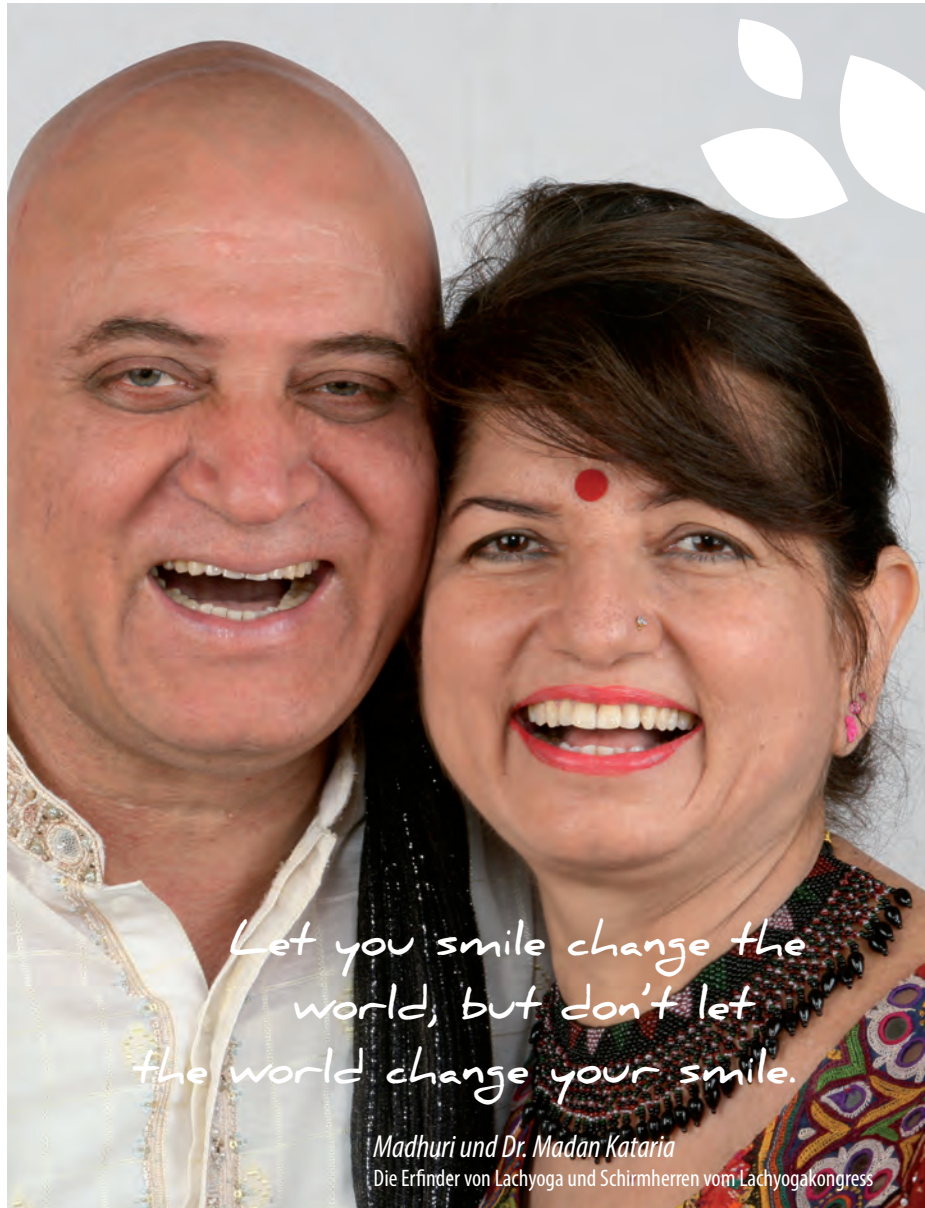


LACHYOGA KONGRESS
DEUTSCHLAND 2015

VOM 27.02. BIS ZUM 01.03.2015

LACHYOGA KONGRESS 2015

2



20 YEARS LAUGH FOR NO REASON

3

„LACHYOGA ROCKT“ SCHERTZ DR. KATARIA, DER ERFINDER DER METHODE, UND LACHT GANZ UNGENIERT. WÄHREND DIE WELTWIRTSCHAFT SCHWÄCHELT, BOOMEN LACHCLUBS. DIE LACHYOGA COMMUNITY IST DIE AM SCHNELLSTEN WACHSENDE GEMEINSCHAFT DER WELT. MEHR UND MEHR MENSCHEN WOLLEN FACE TO FACE IM OFFLINE MODUS MITEINANDER LACHEN.

Die Prophezeiung Dr. Katarias „All your pain will become champagne, if you learn to laugh for no reason“ hat sich für zig-tausende Menschen erfüllt. Wir feiern 20 Jahre Lachyoga! Lasst uns an diesem Wochenende die Gläser randvoll mit Lachen erheben und ungezählte Male mit „Mango-Lassi“ anstoßen und mit jubelnden „Jackpot-Lachern“ garnieren. Die Erfinder von Lachyoga, Madhuri Ma und Dr. Madan Kataria, haben der Welt das von Bedingungen befreite Lachen geschenkt. Sie generierten eine kraftvolle, universelle Applikation für Gesundheit, Glück und Frieden.

Am 13. März 1995 wurde dieser Arzt aus Indien, Dr. Madan Kataria, mit einer Idee gesegnet, der wir heute 6000 non-Profit Lachclubs in über 70 Ländern verdanken. Madhuri Ma, seine Frau, gab die entscheidenden Impulse für den Bezug zu Yoga. Der erste Lachclub außerhalb Indiens wurde in Deutschland gegründet, was auf die Initiative von Michael Berger, dem Gründer des „Harlekinäums“ in Wiesbaden, einem weltweit einmaligen Humormuseum, zurück geht.

Die wonnigen Zwerchfellschauer sorgen nicht nur für ein fröhliches Gemüt, ein entspanntes Miteinander und Sauerstoff-gesättigte Zellen. Lachen setzt Selbstheilungskräfte in Gang und baut Stress ab. Doch gerade das heilsame, aus dem Bauch kommende Lachen, ist auf dem Rückzug. Der dramatische Anstieg stressbedingter Erkrankungen kostet Unternehmen, Krankenversicherungen und die Gesellschaft Milliarden. Lachyoga ist DER Gegenspieler zu Depressionen und dazu ein Workout mit hohem Spaßfaktor.

Jede/r Interessierte ist willkommen! Beim 4. Lachyoga-Kongress bieten rund 40 Expertinnen und Experten ein Feuerwerk an Vorträgen und Praxis-orientierte Workshops, bei denen das Lachen immer im Zentrum steht. Alle Elemente der Freude, das Singen, das Tanzen und das Spiel gehen mit Lachyoga einher. Du wirst staunen, wie vielseitig anwendbar Lachyoga ist, denn es hält schon längst Einzug in der Forschung, Therapie, Psychologie, Pädagogik, Altenpflege, Sport, Business, Kunst u.v.m. Es wird ein Wochenende voller Inspiration, Begegnung, Bewegung und garantierter Hochstimmung.

Hauptredner/innen: Die Erfinder von Lachyoga, das Ehepaar Kataria, der Pionier der Lachforschung, Dr. Michael Titze, der Religionswissenschaftler und Buch-Autor Harald Alexander Korp, Peter Cubasch, der Leiter des Lach- und Atemforums Austria und die Kabarettistin und Sängerin Julia Hagemann.



UNSER PROGRAMMPLAN

Hinweis Workshop-Details unter den Kürzeln zu finden. LA (Laugh Art), LB (Laugh Biz), LDP (Laugh, Dance & Play), LE (Laugh Education), LEI (Laugh Emotional Intelligence), LHR (Laugh Healing Routines), LHM (Laugh, Health & Mind), LL (Laugh Lab), LLC (Laugh Life Care), LT (Laugh Therapy), LVS (Laugh Voices & Sound), LYU (Laughter Yoga University)

Freitag, 27.02.2015	Uhrzeit	Raum 8 - Ananda	Raum 11 - Sundari		Raum 10 - Jnana	Raum 13 - Vimali Devi	Raum 6 - VidyAnanda
	14:00 Uhr	Eröffnungsritual für alle					
	15:00 - 15:45 Uhr	LL5 E. Michael Titze "Lachen als Gegenspieler ..."					
	16:00 - 17:15 Uhr Workshops à 75 min.	LDP2 K. Hellmund "Lachyoga in der ..."	LHM2 A. Mecking "Mit Lachen berühren ..."		LEI2 A. Bannes "Das persönliche ..."	LHM3 R. Carl "Pfund-los-lachen!?"	LHR2 S. Heidel "Ankommen, Entspannen, ..."
	17:30 - 18:30 Uhr Workshops à 60 min.	LE3 V. Spogis "Lachyoga in der Schule ..."	LDP4 S. Holze-Apell "Hatha-Yoga für Lachyogis"		LDP3 S. Duss "Zum Lachen parat mit einem Zitat"	LT4 F. Koch "Lachyoga in der REHA"	LL2 R. Theisl "Unbewusste Körpervorgänge ..."
	17:30 - 19:15 Uhr	Abendessen					
	19:30 - 20:15 Uhr Vortrag 30 min.	LYUI G. Leppelt-Rommel "Mitgestalten an der ..."					
	20:15 - 22:30 Uhr Abendprogramm	Get-Together mit Tänzen, Singen und Spiel					
Samstag, 28.02.2015	06:15 - 07:15 Uhr	LHR1 Dr. Kataria "Morning Session mit neuen ..."					
	07:30 - 08:45 Uhr Workshops à 30 min.	LHM1 / M. Kataria "Frauen in indischen Lachclubs" LYU2 / V. Kumar Singh "Lachyoga un die Indien ..."	LT5 P. Cubasch "Schau mir in die Augen"		LHM4 L. Hannemann "Wer Schmetterlinge ..."	LEI5 E. Heßling "Herzintelligenz meets ..."	LHR7 C. Schubert "Lachen ohne Punkt und ..."
	09:00 - 10:15 Uhr Workshops à 75 min.	LDP1 E. Griebeling "Das Leben feiern - gelacht und ..."	LL4 B. Landman "Lachen bis der Arzt geht - ..."		LE1 G. Dombrowsky "Da lachen ja die Hühner"	LB2 S. Klaus "Macht Geld glücklich?"	LHR6 H. Janetzky "LachMeditationSpaziergang"
	10:30 - 11:30 Uhr Workshops à 60 min.	LL1 R. Theisl & P. Cubasch "Die individuelle Wirkung ..."	LDP5 A. Sintic "Spaßige Spiele und lustige Lieder für ..."		LB3 N. Fuchs "Wie kann ich meine Kunden ..."	LE2 H. Koch-Münch "Lachola und das Lachen ..."	
	11:00 - 12:15 Uhr	Brunch					
	13:00 - 14:15 Uhr Workshops à 75 min.	LL3 R. Lewin und Dr. A. Jeschke "Verbesserung der ..."	LEI6 M. Salinger-Rost & H. Salinger "Ipp - zipp - zapp ..."		LT3 C. Goglin "Lachen und Humor in ..."	LHR5 S. Holze-Apell "Lachyoga und energe..."	LEI3 A. Moser "Im Wald der Gefühle"
	14:30 - 15:30 Workshops à 60 min.	LDP6 S. Rößler "Buntes Freude Potpurri"	LEI1 G. Fink "Yes I can - Ich lach mich auf den Weg"		LA2 L. Hagemann "Märchen von List und ..."	LT1 G. Krause "Mach es wie die Sonnenuhr - ..."	LB4 M. Salinger Rost & H. Salinger "Lachyoga ..."
	16:00 - 17:15 Uhr Workshops 60 / 75 min.	LVS2 M. Müksch "Sing dich froh und tön dich schön!"	LB1 D. Dombrowsky "Selbständig mit Lachyoga"		LEI4 K. Pense "Lachend aus der Krise - das ..."	LA1 C. Hablützel "Geschichten lachen"	LT2 B. Landmann "Anspruchsvolle ..." - max. 15 TN
	17:30 - 19:15 Uhr	Abendessen					
	19:30 - 22:30 Uhr	Buntes Festprogramm "20 Years Laugh For No Reason"					
Sonntag, 01.03.2015	06:15 - 07:15 Uhr	LHR1 Dr. Kataria "Morning Session mit neuen Techniken ..."					
	07:30 - 08:30 Uhr Workshops 60 / 75 min.	LVS1 J. Hagemann "Lauschen, Lachen, Lobsingen"	LHR4 A. Betke "20 minutes Laughter Yoga a day keeps ..."		Eva Heßling, Doris Schürmann "Healing Laugh- ter, Sounds and Vibration" LHR3	Dr. Anne Jeschke "Mit Lachyoga zu einer heiteren Gelassenheit" LT6	
	08:45 - 10:00 Uhr	Harald-Alexander Korp "Humor in der Sterbebe- gleitung"					
	10:15 - 11:15 Uhr	Thomas RAHI Topolaneck "Lachmeisterschaft"					
	11:30 - 12:30 Uhr	Brunch					
	12:30 - 14:00 Uhr	Große Kongress-Abschlussfeier mit allen					



von links: Gisela Dombrowsky, Angela Mecking, Egbert Griebeling, Gabriela Leppert-Remmel
Gemeinsam durchgeführt von 4 Master Trainern

WERDE LACHYOGA-LEHRERIN/LEHRER! DAS ORIGINAL

LEVEL 2 ZERTIFIZIERTE LACHYOGA-LEHRER-AUSBILDUNG (22. – 26. FEBRUAR 2015)

Ohne Kongress-Teilnahme buchbar / Jubiläumspreis bei Teilnahme am Kongress / Beginn und Ende um 14 Uhr / Ausbildung befähigt dazu, Lachyoga-Leiter/innen auszubilden.

Lass die Power des Lachens in dein Leben / Werde Lachyoga-Professional / Trainiere Lachyoga-Leiterinnen und -Leiter

WIR BIETEN DIR HIERFÜR:

Lernen gemäß den Leitlinien der Laughter Yoga International University / Weitreichenden Wissenstransfer zu ALLEN Aspekten des Lachyogas / Höchstens Ausbildungslevel in Theorie und Praxis in Europa / Ein unvergessliches Erlebnis
Learning by Laughing

DIE „MUTTER“ ALLER LACHYOGA-SCHULUNGEN MADHURI MA UND DR. KATARIA WERDEN BEI DER ÜBERREICHUNGSZEREMONIE DER ZERTIFIKATE ANWESEND SEIN.

Unterrichtssprache: Deutsch, Ort: Seminarhaus Shanti, Bad Meinberg

Die Lachyoga-Lehrer-Ausbildung wurde von Madhuri und Dr. Madan Kataria, den Erfindern von Lachyoga, auf Basis ihrer weltweiten Erfahrungen konzipiert. Die Lerninhalte sind bestens erprobt, kompakt und gut strukturiert. Sie richten sich vornehmlich an diejenigen, die den nächsten Schritt vom CLYL* zum CLYT* machen möchten. Als CLYT bist du dazu befähigt, selber Lachyoga-Leiterinnen und Leiter zu trainieren. Bildungsprämie/Bildungsschecks werden angenommen. Wir beraten gerne dazu. *CLYL = Certified Laughter Yoga Leader, CLYT = Certified Laughter Yoga Teacher

1/2-TÄGIGES SEMINAR „EMOTIONALE INTELLIGENZ“ (27.02.2015) MIT DR. MADAN KATARIA

Nur mit dem Kongress zusammen buchbar / 09:00 – 12:00 Uhr / Unterrichtssprache: Englisch-Deutsch,
Ort: Seminarhaus Shanti, Bad Meinberg

„Emotionale Intelligenz durch Lachyoga“ lautet der Titel eines neuen Seminares, dass Dr. Kataria auf der Basis seiner 20-jährigen Erfahrung mit Lachyoga ausgearbeitet hat. Wenn er erzählt, hört man die Stecknadel auf den Boden fallen. Emotionale Intelligenz spielt eine große Rolle in der Beziehung zu sich selbst und mit anderen, zu Hause, mit Freunden und am Arbeitsplatz. Emotionale Intelligenz schafft Freundschaften und motiviert Menschen, das zu erreichen, was sie möchten. Es geht nicht darum, zu bewerten, was eine negative und eine positive Emotion ist. Alle Emotionen haben ihren Sinn.

Sie sind ein Werkzeug, wie zum Beispiel das Feuer. Man kann damit ein Licht anzünden oder ein ganzes Haus niederbrennen. Der Nutzen von emotionaler Intelligenz ist riesig. Wenn man mehr Achtsamkeit und Intelligenz walten lässt, kann man ein viel glücklicheres Leben führen. Lachyoga stimuliert das Zwerchfell und den gesamten Brust- und Bauchraum, den Sitz unserer Emotionen. Das Parasympathische System wird durch die vertiefte Atmung aktiviert. Lachyoga ist eine einfache, fantastische Möglichkeit, Emotionale Intelligenz zu entwickeln.

SEMINARHAUS SHANTI

8

YOGA-VIDYA E.V.

HAUS SHANTI

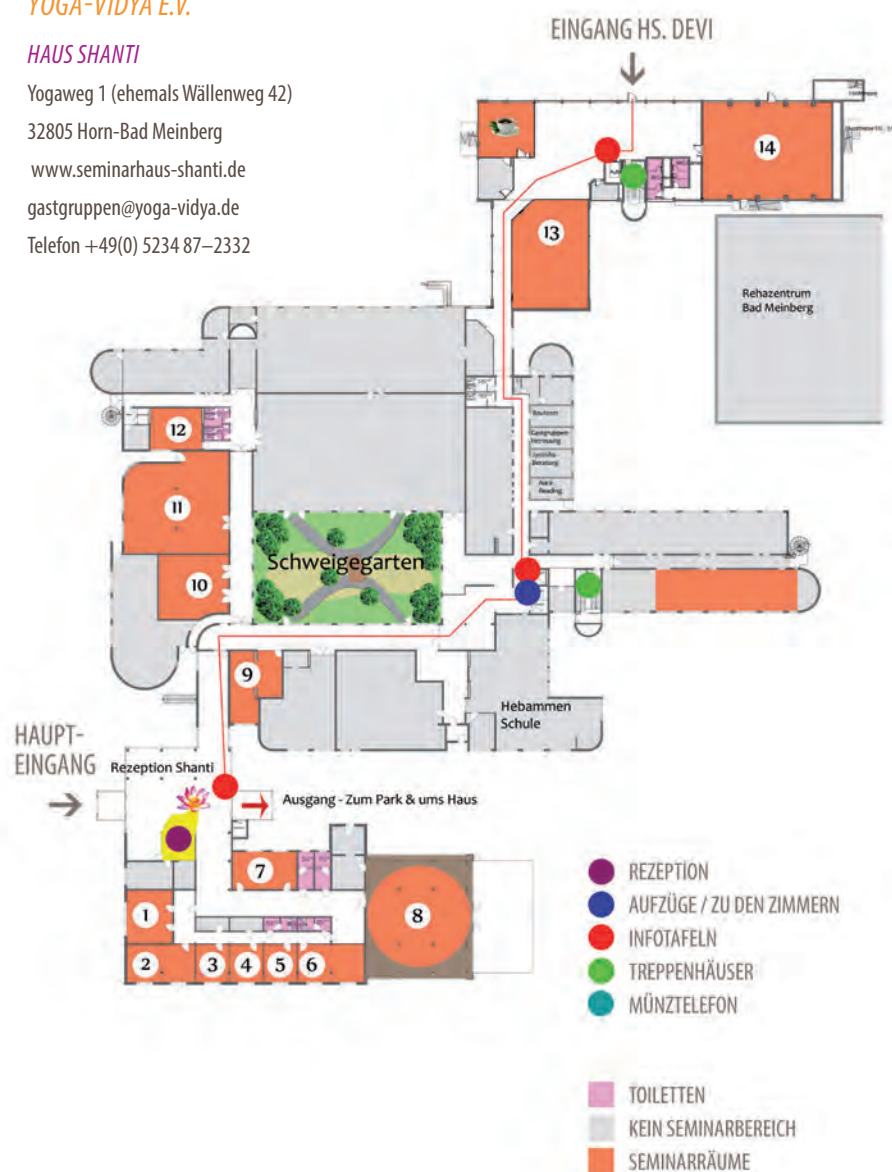
Yogaweg 1 (ehemals Wällenweg 42)

32805 Horn-Bad Meinberg

www.seminarhaus-shanti.de

gastgruppen@yoga-vidya.de

Telefon +49(0) 5234 87-2332



UNSER PROGRAMM

9



Lachen ist eine
körperliche Übung
von großem Wert
für die Gesundheit.

Aristoteles



„LACHEN GEGEN SCHAMANGST“

VORTRAG: DAS HEILSAME POTENZIAL VON LACHCLUBS



DR. MICHAEL TITZE PIONIER DES THERAPEUTISCHEN HUMORS UND DER GELOTOLOGIE

*Es ist ebenso schwer, einer Schamattacke gegen-
zusteuern, wie es unmöglich ist, einen Lachanfall
willentlich zu unterdrücken. Die Scham und das
Lachen belegen jedoch zwei entgegengesetzte Pole.
Scham führt zu einem „emotionalen Einfrieren“:
Dies äußert sich in der Erstarrung der Gestik und
der „Versteinern“ der Mimik. Dadurch wirken die
Betroffenen prinzipiell „lächerlich“. Durch das Mittel
therapeutischen Lachens besitzen wir die einzigar-
tige Möglichkeit, die schädlichen Auswirkungen der
Schamangst nachhaltig aufzulösen. Dies wird durch
eingespielte Videoclips belegt.*

MICHAEL TITZE

Dipl.-Psychologe, Dr. rer. soc., approbierter Psychotherapeut. Buchautor. Mitinitiator u. Leiter der Kongresse „Humor in der Therapie“ (Basel), „Heilkraft Humor“ (Arosa) und „Heilsamer Humor“ (Stuttgart). Initiator der Gelotophobie-Forschung. Gründungsvorsitzender von HumorCare Deutschland.

BÜCHER

„Die heilende Kraft des Lachens“
„Die Humor-Strategie“
„Kleinbasel und der Humor in der Therapie“

FREITAG_27.02.2015

_16.00 – 16.45 UHR RAUM ANANDA „LACHEN ALS GEGENSPIELER DER SCHAMANGST“

HUMOR IN DER STERBEBEGLEITUNG

VORTRAG

HARALD ALEXANDER KORP

*Wir sind glücklich, dass er wieder dabei ist! Schon
beim Lachyoga-Kongress 2010 hat er mit zwei
außergewöhnlichen Vorträgen seine Zuhörer zum
Lachen und zum Nachdenken gebracht. Lachen und
Humor in der Sterbebegleitung für Patienten, Ange-
hörige, Pflegekräfte ist ein Thema, das Alexander
Korp besonders am Herzen liegt, auch durch seine
Erfahrungen in der ehrenamtlichen Hospiz-Arbeit.
Gerade in schwierigen Lebensphasen hilft es, sich
auf Ressourcen zu besinnen: Lachen und Humor als
Energiespender, Trostgeber und Kraftquelle.
Interessierten bietet H-A Korp außerhalb des
Kongresses Workshops hierüber an.*



HARALD ALEXANDER KORP

geb. 1961, Studium der Religionswissenschaft, Philosophie und Physik, Lehrbeauftragter am Fachbereich Religionswissenschaft der LMU-München und der Georg-August-Universität Göttingen, Lach-Yoga-Trainer, zertifizierter Humor-Coach, Sterbebegleiter im Ricam-Hospiz in Berlin, Autor und Regisseur von Filmen und Theaterstücken zum interreligiösen Dialog und zum Buddhismus, Vortrags- und Seminartätigkeit zum Thema „Humor in der Sterbebegleitung“.

BÜCHER

Neu! „Am Ende ist nicht Schluss mit lustig“
„Humor im Angesicht von Sterben“ und „Tod mit Karikaturen“ von Karl-Horst Möhl
„Macht Lachen schön?“ 233 Fragen (und Antworten) rund um Humor, Witz und Lachen
„Lachende Propheten“ Witz und Humor in den Religionen

SONTAG_01.03.2015

_08:45 – 10:00 UHR RAUM ANANDA „HUMOR IN DER STERBEBEGLEITUNG“

Lachen bedeutet loslassen, sagt Coco.

*1950

KABARETTISTISCHE NASCHWERKE

SAMSTAGABEND



JULIA HAGEMANN KABARETTISTIN, SÄNGERIN UND RHYTHMIK- UND GESANGSLEHRERIN

Schräg, witzig, tiefgründig, klug, pointiert, liebenswert, unvergesslich! Ein Lachyoga-Kongress ohne sie wäre nicht ausdenken! Dem Multi-Talent Julia Hagemann mit Lobesworten gerecht zu werden, kommt einem Tanz auf dem Seil gleich. Sie überrascht das Publikum mit einem Feuerwerk an genialen Einfällen und gekonnter Darbietung und gibt ihr Können in herrlichen Workshops weiter.

JULIA HAGEMANN

Die Ansammlung unsinniger Berufe zeigt schon, dass sie geneigt ist, sich die Rosinen aus dem Kuchen zu picken und das auch anderen in ihren Workshops gern nahebringt. Sie schreibt Lieder,

Gedichte und kluge Fachliteratur übers Singen, unterrichtet leidenschaftlich und steht mit Wonne auf der Bühne.

CDS UND BÜCHER

CD: „bis eines Tages - jetzt beginnt's - auf seinem Pferd erscheint: DER PRINZI!“ (Märchenparodien)

CD: „Bibelverse“ (Bibelparodien)

Buch: „Was soll Gesangsunterricht?“

SAMSTAG_28.02.2015

_19.30 UHR RAUM ANANDA KABARETTISTISCHE UND MUSIKALISCHE NASCHWERKE
MIT JULIA HAGEMANN

SONNTAG_01.03.2015

_07.30 – 08.30 UHR RAUM ANANDA LAUSCHEN, LACHEN, LOBSINGEN / LVS1

FIDELE KLÄNGE AUS IRLAND

MIT DEN WINTERGREEN GOBLINS

GUNDULA KRAUSE UND ANNE SINTIC SORGEN ALS DIE „WINTERGREEN GOBLINS“ MIT FRÖHLICHEN LIEDERN AUS IRLAND ZWISCHENDURCH FÜR STIMMUNG.

Als Sängerin und Geigerin hat Gundula Krause seit über 20 Jahren einen Namen. Während ihrer Zeit in Los Angeles studierte sie Bluegrass und Cajun am Hollywood's Westlake College of Music.

Bei einem Bandwettbewerb des Südwestfunks Baden Baden im Jahr 1993 räumte sie mit ihrer Band „Gundels Giganten“ den ersten Platz ab. Anne Sentic singt und spielt Flöte und Gitarre. Doch das ist noch nicht alles. Sie bringen sich tagsüber mit kurzweiligen, spannenden Workshops ein.



SAMSTAG_01.03.2015

_10.30 – 11.30 UHR RAUM 11 SUNDARI SPASSIGE SPIELE UND LUSTIGE LIEDER /
ANNE SINTIC / LDP5

_14:30 – 15:30 UHR RAUM 13 VIMALI DEVI MACH ES WIE DIE SONNENUHR /
GUNDULA KRAUSE / LT1

_19.30UHR RAUM ANANDA WINTERGREEN GOBLINS

Lachen ist die Musik des Lebens.

Sir William Osler

LACH-MEISTERSCHAFTEN

EIN SPASS GEHT UM DIE WELT!



**MODERATOR IST DER LACHYOGA
MASTER TRAINER AUS ÖSTERREICH,
THOMAS RAHI TOPOLANEK.**

*Bei dieser LACHMEISTERSCHAFT geht's darum,
miteinander viel Freude zu haben und wer das
ansteckendste Lachen hat – „gewinnt“!*

*Die Idee dazu stammt von dem kanadischen
Journalisten und Filmemacher, Albert Nerenberg.
RAHI war sofort begeistert, denn er sieht ein
großes Potenzial für Kreativität und Benefiz.
Seine Erfahrungen in verschiedenen europäischen
Ländern, darunter auch Deutschland, lassen ein
besonderes Lach-Highlight erwarten. Jeder kann
sich beteiligen.*

CD

Laughter Yoga Anthem,
Lachyoga-Hymne von Les Laughettes
Armband: Laughter Yoga Family

SONNTAG_01.03.2015
_10.15 – 11.15 UHR RAUM ANANDA

LAUGH ART

LACHBANK UND LACHSPIEGEL

**CABRI – CAROLYN KRÜGER UND
BRIGITTE KOTTWITZ**

*Sie haben schon zahlreiche gemeinsame Projekte
verwirklicht. Bekannt ist das Projekt „Lachen
erlaubt“, wenn das Lachen an Stelle der Glocken
vom Kirchturm tönt.*

*Schon seit längerer Zeit beschäftigen sie sich mit
den positiven Auswirkungen des Lachens. Daher
nun auch für den Kongress eine Bank als Depot des
Lachens. Die Lachspiegel umsäumen den Weg für
20 Jahre Laughter Yoga. Auch hier könnt ihr euer
Lachen hinterlegen. Der Gewinn kommt lachend zu
euch zurück in Form von Glück und Freude.*



*Der leichteste Weg, glücklich zu sein,
ist, so zu tun, als wäre man
glücklich. Das ist es, was wir beim
Lachyoga lehren.*

Dr. Madan Kataria
Erfinder von Lachyoga

LAUGH ART – GESCHICHTEN, KREATIVITÄT, KUNST

Eine herzliche Bitte an alle Kongress-Besucher: Nehmen Sie Rücksicht auf die Referent(inn)en und anderen Teilnehmer(innen). Gehen Sie rechtzeitig zum Workshop/Vortrag und bleiben sie, bis er beendet ist.

LA1_ "GESCHICHTEN LACHEN"

Um ein tieferes Eintauchen in das Lacherlebnis zu ermöglichen und den Spaß zu erhöhen, setze ich neu kreierte und altbekannte Lachyoga Übungen zu Geschichten zusammen. Die Teilnehmer(innen) werden in lustige Geschichten entführt und erhalten Anregungen zur Kreation von eigenen Lachübungen. Eine neue Herausforderung für Lachprofis und Lachclubleiter. Sein Buch „Geschichten lachen“ kann am Kongress erworben werden. **Christian Hablützel**

LA2_ "MÄRCHEN VON LIST UND LEBENSLUST ZUM TRÄUMEN UND LÄCHELN"

Heitere Entspannung und leises Lächeln mit Märchen aus aller Welt. Die Hamburger Märchenerzählerin Luisa Hagemann entführt uns in das Reich der Fantasie und Weisheit. Ihre keltische Harfe hilft, eine märchenhafte Atmosphäre einzufangen. Entdecken wir unsere Stärke indem wir Held/innen durch ihre Kämpfe folgen, lassen wir uns von Riesen bedrohen, von weisen Frauen Wünsche erfüllen und lauschen wir der Antwort, die auf die wichtigste Frage der Welt gegeben wird. Herzerquickend und berührend. Und natürlich auch lustig. **Luisa Hagemann**

LESEN.LIEBEN.LACHEN

Die Marketing-Expertin aus Rösrath ist schon seit ihrer Kindheit von der Muse geküsst. Beim allen Lachyoga-Kongressen eröffnete sie den Kongress zur großen Freude des Publikums mit wunderbaren Gedichten. Sie hat alles, was man zum Schreiben und Dichten braucht. Kreativität, Sprachgefühl (und das in mehreren Sprachen), Tiefgang, Humor und Herz. Sie hat jetzt einen zauberhaften Gedichtband herausgegeben. Er kann bei ihr vorbestellt werden. Beim Kongress wird sie es gerne signieren. Kleine Kostprobe ihres neuen Gedichtes zur Kongress-Eröffnung:

Ja, das Lachen ohne Grund,
ich tue es mit Herz und Mund.

Lachen stellt mein Ich auf einen Boden so fest, dass es mich
grenzenlos ins Leben vertrauen lässt.

Gedichtband von Kerstin Spoer

LAUGH BIZ – BUSINESS, BENEFIZ, GELD

LB1_ "SELBSTÄNDIG MIT LACHYOGA"

Seine wertvollen Erfahrungen aus langjähriger Tätigkeit als selbständiger, ganzheitlich orientierter Unternehmensberater, gibt der Dipl.-Volkswirt Dagobert Dombrowsky mit viel Humor an diejenigen weiter, die sich mit Lachyoga haupt- oder nebenberuflich betätigen möchten. Er managed erfolgreich eine „Lachyoga GbR“ mit seiner Frau Gisela Dombrowsky zusammen. **Dagobert Dombrowsky**

LB2_ "MACHT GELD GLÜCKLICH?"

Über zehn Jahre Leitungsfunktion in den Bereichen Personal, Finanzen und Controlling haben die Betriebswirtin Susanne Klaus zur Expertin für das Thema „Mensch und Geld“ gemacht. Sie kennt den Weg, wie man das Geld (wieder) zum Lachen bringt. Auf heitere Weise räumt sie in ihrem Workshop mit alten Geld-Irrtümern auf. Geld ist im Bewusstsein vieler besetzt mit Ängsten, Neid, Gier und Macht. Das kann umgemünzt werden in Dankbarkeit, Liebe und Freude. In ihrem Workshop sind wertvolle Ansätze für jeden dabei, Reichtum und Fülle ins eigene Leben zu bringen. **Susanne Klaus**

LB3_ "WIE KANN ICH MEINE KUNDEN MIT DEM LACHVIRUS INFIZIEREN? UMSETZUNG LACHYOGA IM BETRIEB"

Immer von Herzen gerne gelacht und lebensfroh habe ich 2013 nach meiner Lachyoga-Ausbildung in Indien beschlossen, die Wiener Cottage Apotheke mit Lachyoga zu verbinden, um unsere Kunden zum Lachen zu bringen! Ein heiterer Bericht aus der Praxis: wie ich Lachyoga in der Apotheke umgesetzt habe, auf welche Hürden ich gestoßen bin, welche Vorteile es für unser Team bringt, welche Dynamik entstanden ist und die positive Reaktion unserer Kunden. Mit Tipps die jeder gleich ohne viel Aufwand umsetzen kann. **Nina Fuchs**

LB4_ "LACHYOGA – THE BEST PRACTICE"

Seit über 5 Jahren geben Hubertus Salinger & Martina Salinger-Rost erfolgreich fortlaufende Lachyogakurse, in ihrer Gemeinde genauso wie in Firmen sowie Krankenhäusern ihrer Region. Sie haben über diese Zeit wertvolle Erfahrungen sammeln können – gerade im Hinblick auf die Frage, wie Teilnehmer zu gewinnen – aber noch viel wichtiger – an sich zu binden sind. – Wie kann ich mich selbst motiviert halten? Der Workshop deckt Fragen zur Selbstorganisation genauso ab wie die Ansprache der Teilnehmer. Er liefert Handwerkzeug und Impulse für alle, die das Lachen in Ihrer Heimatregion nachhaltig verbreiten und etablieren wollen. **Martina Salinger-Rost & Hubertus Salinger**

LAUGH DANCE & PLAY –

BEWEGUNG UND TANZ, SPIEL UND SPASS

LDP1_ „DAS LEBEN FEIERN – GELACHT UND GETANZT“

Sicher, manchmal fällt es schwer das Leben zu feiern, anzunehmen, wertzuschätzen und uns schlichtweg an diesem Leben zu erfreuen. Aber Gott sei Dank gibt es Lachyoga und Tanz! Ich lade ein zu einem verzaubernden, berausenden, belebenden, herzlichen, berührenden und freudigen Workshop voller LebensLust. Wir zelebrieren lachend und tanzend das volle Leben! Sei dabei! **Egbert Griebeling, Lachyoga Master Trainer**

LDP2_ „LACHYOGA IN DER TANZTHERAPEUTISCHEN GRUPPENTHERAPIE“

Ist Lachyoga die beste Medizin? Als Tanztherapeutin habe ich in einer psychosomatischen Klinik mit depressiven und traumatisierten Patienten gearbeitet. Ich habe ergründet, in wie weit Lachyoga als spielerische Methode im tanztherapeutischen Setting geeignet ist, um Ressourcen zu aktivieren. Welche Möglichkeiten und Grenzen gibt es? Nach einem einführenden Vortrag stelle ich praktische tanztherapeutische Übungen zum Mitmachen vor, die in Lachyogagruppen Spielfreude wecken. **Kerstin Hellmund**

LDP3_ „ZUM LACHEN PARAT MIT EINEM ZITAT“

Wenn Sie Zitate auf eine humorvolle Weise kennen lernen möchten, sind Sie hier richtig! Lassen Sie sich überraschen und inspirieren von einer vielfältigen Palette von Lachübungen basierend auf geistreichen und witzigen Zitaten. Die Übungen beziehen sich teilweise auf stressbeladene Situationen, die dadurch auf humorvolle Weise entschärft und durch das passende Zitat vertieft werden. „Lachen macht uns lebendiger, sogar das Totlachen“ **Klaus Klages**
Susann Duss hat ein traumhaft schönes Lachyoga-Mandala gemalt. Es leuchtet auf T-Shirts und Postern und bereichert die Lachyoga-Bewegung! **Susann Duss**

LDP4_ „HATHA-YOGA FÜR LACHYOGIS“

Wenn du noch kein oder bisher wenig Yoga praktizierst, lern die klassischen Yogaübungen und Handgesten kennen, die im Lachyoga in abgewandelter Form verwendet werden. Wenn du schon Yoga praktizierst, erfahre, wie du Lachyoga in deine eigene Übungspraxis oder in deinen Unterricht integrierst. Sie gibt noch einen 2. interessanten WS „Lachyoga und energetische Medizin“. Siehe unter „Lachen, Heilung, Entspannung“. **Susan Holze-Apell**

LDP5_ „SPASSIGE SPIELE UND LUSTIGE LIEDER FÜR LACH-YOGA-STUNDEN“

Ein Garant für schallendes Gelächter sind Gruppenspiele. Spiel mit – sing mit – lach mit, bring in Dir und anderen die Quellen der Freude zum Sprudeln. Du lernst fröhliche Lieder und neue Spiele, mit denen Du noch mehr Leben in Deine Lach-Yoga-Stunden bringen kannst. Die Spiele fördern die Kreativität und das Miteinander in der Gruppe. Ins Lachen kommt man von selbst, denn das fröhliche innere Kind darf sich ausleben und erhält Bestätigung. Irish-Folk-Musik ist für sie eine Quelle der Freude. Sie wird mit Gundula Krause ein Häppchen aus dem Repertoire der „Wintergreen Goblins“ zum Besten geben. Be happy! **Anne Sintic**

LDP6_ „BUNTES FREUDE POTPOURRI“

Ich lade euch ein zu einem Potpourri aus Lachen, Tanzen, Spielen und Singen. Lasst uns ausgelassen und fröhlich Lachyoga zelebrieren. Die Tänze sind ein Mix aus Vorgabe und freien Teilen, die zur Selbstgestaltung einladen. Die Lieder kleine fröhliche Einlagen. Fließend wechseln wir von einem Element der Freude in das nächste und freuen uns des Lebens. **Silvia Rößler**

Buchtitel: Physiotherapeutische Gruppenbehandlung - mit Pfiff, Urban & Fischer, ISBN 978-3-437-45861-3

*Es ist kein Lachen in der Medizin,
aber es ist viel Medizin im Lachen.*

Dr. Madan Kataria
Erfinder von Lachyoga

LAUGH EDUCATION – ELTERN, KINDER, PÄDAGOGIK

LE1_ „DA LACHEN JA DIE HÜHNER – LACHSCHULE FÜR ELTERN, ERZIEHER, PÄDAGOGEN“

Kaum eine Lachyogini hat mehr Erfahrung mit Kids! Aus 5-jähriger ehrenamtlicher Tätigkeit in Kita, Schule, Kinderkrankenhaus und aus Seminaren mit Eltern und Kindern, bringt die frühere Bankkaufrau und heutige Lachyoga Master Trainerin viele neue Ideen und Impulse mit. Erzieher gackern wie Hühner, Eltern und Pädagogen hüpfen wie Kängurus, kichern und glucksen. Wer hat hier eigentlich von wem gelernt? Anleitung zum Spielen, Lachen und Entspannen für alle, die mit Kindern arbeiten und leben, zur eigenen Entspannung, zum Stressabbau und für den Einsatz in Kita, Schule und Privat. Aus der siebenjährigen ehrenamtlichen Tätigkeit mit Kindern sowie ihrer Erfahrung aus Fortbildungen für Pädagogen, Erzieher und aus Eltern/Kinder - Seminaren ist dieser fröhliche Workshop entstanden. Wagen Sie den Sprung in die Lebensfreude! **Gisela Dombrowsky, Lachyoga Master Trainer**

LE2_ „LACHOLA UND DAS LACHEN DER SONNE – EINE LESE - UND MITM(L)ACHGESCHICHTE FÜR KLEINE UND GROSSE LEUTE“

Mit Lachola, dem lachenden Herz, gehen wir dem Lachen auf die Spur. In diesem Workshop wird das Buch „Lachola und das Lachen der Sonne“ vorgelesen und anschließend als lachendes Theater nachgespielt. Wir erfahren auf einzigartige Weise, wie sich eine andere Sichtweise und Bewegung positiv auf uns selbst und das Umfeld auswirken. Im gemeinsamen, spielerischen Miteinander gelingt es Eltern und ihren Kindern, sich vom Alltagsstress zu befreien.

Hedwig Koch-Münch

LE3_ „LACH-YOGA IN DER SCHULE: FÜR SCHÜLER/INNEN UND LEHRKRÄFTE – INNER-HALB UND AUSSERHALB DES UNTERRICHTS“

Lach-Yoga ist eine einzigartige Methode mit unschätzbarem Wert für alle Akteure in der Schule: sowohl für Schülerinnen und Schüler als auch Lehrkräfte und weiteres Personal. In diesem Vortrag werden verschiedene Anwendungsmöglichkeiten von Lach-Yoga in der Schule vorgestellt, z.B. im Unterricht, in der Übermittagsbetreuung, als Anti-Stress-Programm oder zur Förderung von sozialen Kompetenzen. Es werden die Gelingensbedingungen von Lach-Yoga in der Schule aufgezeigt, Praxiserfahrungen eingebracht und praktische Lachübungen, die sich in Schule bewährt haben, ausprobiert.

Veronika Spogis

LAUGH EMOTIONAL INTELLIGENCE – PERSÖNLICHKEIT, EMOTIONEN

LE1_ ERSTMALS WELTWEIT! „EMOTIONALE INTELLIGENZ DURCH LACHYOGA“

Emotionale Intelligenz spielt eine große Rolle in der Beziehung zu sich selbst und mit anderen, zu Hause, mit Freunden und am Arbeitsplatz. Emotionale Intelligenz schafft Freundschaften und motiviert Menschen, das zu erreichen, was sie möchten. Es geht nicht darum, zu bewerten, was eine negative und eine positive Emotion ist. Alle Emotionen haben ihren Sinn. Sie sind ein Werkzeug, wie zum Beispiel das Feuer. Man kann damit ein Licht anzünden oder ein ganzes Haus niederbrennen. Der Nutzen von emotionaler Intelligenz ist riesig. Wenn man mehr Achtsamkeit und Intelligenz walten lässt, kann man ein viel glücklicheres Leben führen. Lachyoga stimuliert das Zwerchfell und den gesamten Brust- und Bauchraum, den Sitz unserer Emotionen. Das Parasympathische System wird durch die vertiefte Atmung aktiviert. Lachyoga ist eine einfache, fantastische Möglichkeit, Emotionale Intelligenz zu entwickeln. **Dr. Madan Kataria** (27.02. von 9-12 Uhr, gegen Gebühr, bitte vorher anmelden)

LE11_ „YES - I CAN“ – ICH LACH MICH AUF DEN WEG

Leben in Fülle und aus unserem vollen Potential schöpfen, wer wünscht sich das nicht?! Kinesiologische Methoden unterstützen sanft & tiefgreifend dabei, Bewegung in festgefahrene Situationen und unser Glaubenssystem zu bringen. Kreativ zu Lachyogaübungen umfunktioniert stärken sie das Vertrauen in uns selbst noch mehr. Lernen Sie in einer sehr bewegten Stunde kinesiologische Übungen kennen, die auf lachhafte Weise präsentiert, lächerlich einfach, dafür umso wirksamer werden. Gabi Fink gehört zu den Organisatoren des Lachyoga-Kongresses in Salzburg 2014. Sie ist Produzentin und Bandmitglied der wunderbaren Lachyoga-Hymne „Laughter Yoga Anthem“ von Les Laughtettes und Autorin von „Mein Lachgeschichtenbuch“ für Lachyog(ini)s. **Gabi Fink**

LE12_ „DAS PERSÖNLICHE POTENZIAL ENTFALTEN“

Lachyoga ist ein Weg, die eigene Lebensfreude zu aktivieren. Viele haben die segensreiche Macht des Lachens und ihre transformierende Kraft erlebt. Es ist hilfreich, diese Kraft durch den Aufbau eines positiven Selbstbildes und eine gute innere Verbindung zum persönlichen Potenzial zu unterstützen. In diesem Workshop wird das dafür geeignete HERZ-Modell des Persönlichkeitstrainings vorgestellt. Ausgewählte Übungen und Bewegung führen dich in die gefühlte Verbindung zu deinem inneren Potenzial. Sie verstärken das Ja zu dir und deinem einzigartigen Lebensweg.

Alex Bannes

LAUGH EMOTIONAL INTELLIGENCE – PERSÖNLICHKEIT, EMOTIONEN

LE13_ „IM WALD DER GEFÜHLE“

Wie man mit Lachyoga die verschiedensten Befindlichkeiten adressiert. **Alexander Moser**

LE14_ „LACHEND AUS DER KRISE - DAS MACHT STARK“

Das Lachen ohne Grund hat sich zur wirkungsvollen Stärkungsmethode in vielen Lebensbereichen entwickelt. Dort, wo die Situation angespannt ist, die Möglichkeiten begrenzt erscheinen, öffnet es neue Wege und regt zum Umdenken an. Erfahrungen und Einsatzmöglichkeiten in der Krebstherapie, der Resilienzförderung und der ganzheitlichen Burnout-Beratung werden am praktischen Beispiel vorgestellt. Mit dazu ausgewählten Übungen werden Zusammenhänge deutlich und das Seminar zu einer lebendigen Einheit. **Karla Pense**

LE15_ „HERZINTELLIGENZ MEETS LACHYOGA“

Dem Herzen werden in der traditionellen chinesischen Sichtweise die Qualitäten von Freude, Dankbarkeit und Liebe zugeordnet und es dient als Transformationszentrum für belastende Gefühle. Die heutige Methode der Herzintelligenz basiert auf wissenschaftlichen Grundlagen. Sie ermöglicht das Umwandeln sogenannter Minus-Gefühle durch Konzentration auf das Herz als Intelligenz, die mit unserer Intuition verbunden ist. Wenn uns das gelingt, fühlt sich das Leben leicht an, Stress wird reduziert und die Lebensfreude zum zentralen Gefühl. Lachen ist Herzintelligenz pur. Übungen der Herzintelligenz und Lachyoga gehen in diesem Workshop eine Symbiose ein, die dein Herz vor Freude überquellen lässt. Siehe auch WS „Healing Laughter Sounds and Vibrations“ zusammen mit Doris Schürmann unter Lach-Routinen zur Heilung & Entspannung. **Eva Heßling**

LE16_ „IPP – ZIPP – ZAPP – UND DU BIST AB ...“

Sie erläutern in einem spannenden, interaktiven Workshop, wie ich für mich als Lachyogaleiter sorgen kann, damit mein Anfangs-Elan nicht erlischt. Wie gehe ich mit mir selbst um? Wie ist meine Haltung in schwierigen Situationen? Wie tickte ich? Denn, so, wie ich die Welt sehe, erlebe ich sie auch und mache meine Erfahrungen, die dann wiederum mein Leben und meine Arbeit als Lachyogaleiter/in prägen. Die Sicht der Dinge macht die Sicht meiner Welt aus. – Verändere ich meine Sichtweise, wage mal den Perspektiv-Wechsel, habe ich jeden Tag eine neue Chance, mich für mehr Erfolg zu entscheiden. **Martina Salinger-Rost & Hubertus Salinger**

Das Lachen ist ein guter Brauch,
Belzebub, der tut es auch.

Wilhelm Busch

LAUGH HEALING ROUTINES – LACH-ROUTINEN ZUR HEILUNG & ENTSPANNUNG

LHR1_ „MORNING SESSIONS“

Wer seine „Morning Sessions“ verschläft, ist selber schuld ;-). Dr. Madan Katraria, der Erfinder von Lachyoga, leitet am Samstag und am Sonntag in der Frühe neue Meditationsformen der Laughter Yoga University, die für Lachyoga besonders geeignet sind. Wer so den Tag beginnt, hat ihn bereits gewonnen! Alle Übungen können auch allein zu Hause geübt werden. Man stelle sich einen Saal voller Menschen vor, die sich auf dem Boden kugeln vor Lachen! Ha ha ha

Dr. Madan Katraria

LHR2_ „GOD THANKS, IT'S FRIDAY: ANKOMMEN – ENTSPANNEN – LOSLACHEN“

Viele Kongressteilnehmer/innen kommen aus einer vollen Arbeitswoche und nach einer vielleicht langen Anfahrt müde an. Mit diesem Workshop möchte ich die Möglichkeit bieten, erst einmal innezuhalten, durchzuatmen und zu sich zu kommen. Atemübungen, Tiefenentspannung und Lachen füllen unsere Energiespeicher wieder auf, und so gestärkt können wir dann quetsch vergnügt den Kongress zu genießen. **Susanne Heidel**

LHR3_ „HEALING LAUGHTER SOUNDS AND VIBRATIONS“

In der Yogalehre ist der Atem Verbindung zwischen Körper, Geist und Seele. Bei der Vokalatmung entstehen Schwingungen, die gezielt auf unsere Organe, die Energiezentren und die Chakras wirken. Begleitet von Klangschaalen und einer geführten Qigong-Meditation harmonisieren wir die 7 Haupt-Chakras (physischer Körper, feinstofflicher Körper). Mit Visualisierung der Chakra-Farben gehen wir den Weg zum inneren Regenbogen. Die Entspannung nach den energetisierenden Lachyogaübungen ist eine wichtige Ressource, die Impulse im Körper nachhaltig zu integrieren.

Eva Maria Heßling und Doris Schürmann

LHR4_ „20 MINUTES LAUGHTER YOGA A DAY KEEPS THE DOCTOR AWAY“

Gesund und stark durch 20 Minuten Lachyoga am Tag. Wie wirkt Lachyoga, wenn wir das Training tatsächlich täglich für wenigstens 20 Minuten ausüben? Andrea Betke konnte über 6 Monate Lachyoga sehr intensiv erleben, denn sie gab in einem Seminarhaus täglich Lachyoga Kurse. Während des interaktiven Vortrages berichtet sie über diese Erfahrungen. Sie hat eine Trainingsform entwickelt, durch die jeder alleine täglich 20 Minuten Lachyoga freudvoll praktizieren kann. Zudem kann bei zahlreichen alltagstauglichen Übungen, die in den normalen Tagesablauf integriert werden können, mitgemacht und mitgelacht werden. **Andrea Betke**



LAUGH HEALING ROUTINES – LACH-ROUTINEN ZUR HEILUNG & ENTSPANNUNG

LHR5_ "LACHYOGA UND ENERGETISCHE MEDIZIN"

Unterstützung der therapeutischen Wirkung des Lachyoga durch kinesiologische Übungen sowie durch Meridianpunkte Klopfen. Auf der Basis der Traditionellen Chinesischen Medizin wird mit Hilfe von verschiedenen Techniken der Energiefluss aktiviert und energetische Blockaden werden gelöst. Diese Übungen können wunderbar als Aufwärmübungen vor den Lachyoga Einheiten integriert werden. Dadurch kann die positive Wirkung des Lachyoga noch besser gebahnt werden und Spaß machen sie obendrein! Sie gibt noch einen zweiten interessanten WS „Hatha Yoga für Lachyogis“. Siehe unter „Bewegung und Tanz, Spiel und Spaß“. **Susan Holze-Apell**

LHR6_ "LACHMEDITATIONS-SPAZIERGANG"

„Lachen ist der Tanz des Atems“, Atemtherapie pur – und das am besten in der Natur bei Wind und Wetter! LachMeditationSpaziergang - abwechselnd Lachyoga, achtsames, meditatives Gehen/Spazieren und Atemmeditationen. Dabei kommst du nach und nach in eine innere Ruhe und Leichtigkeit. Körper und Gedanken entspannen sich. Wohlig gelöst, gestärkt und voller Fröhlichkeit vergisst du selbst das schlechteste Wetter um dich herum. Du lachst darüber.

Heidi Janetzky

LHR7_ "LACHEN OHNE GRUND UND KOMMA"

Durch das Lachen müssen wir eine neue Wirklichkeit erschaffen und die heute herrschende beiseite drängen. Wer nicht an diese Möglichkeit glaubt, kann weiterhin gemütlich in der Nase bohren und hoch auf dem gelben Wagen dazu summen. Lachen, Gaga à Gogo, Glucksen, Schreien - Kontrollverlust der schönen Art: Wer bist Du, ohne deine Geschichte? Die Frage ist spannend und einzig über die unmittelbare Erfahrung zu erleben. Die Lachmeditation ist eine tief reinigende und dabei vielleicht die erquickendste Möglichkeit, die Schönheit und Lebendigkeit hinter dieser Frage zu ergründen. Und sie ist noch mehr: wird Laut und Stimme, Lust und Tongewalt in zig-fachen individuellen Facetten. Wenn Funkstille im Kopf ist, wenn alles Denken aufgehört hat, kein Gedanke sich regt, kein Verlangen auftaucht, wenn du absolut still bist - diese innere Stille ist Meditation. **Caroline Schubert**

LAUGH HEALTH & MIND – GESUNDHEIT, ERNÄHRUNG, ACHTSAMKEIT

LHM1_ "FRAUEN IN INDISCHEN LACHCLUBS"

Zum ersten Mal wird Madhuri Ma ein eigenes Thema vortragen. Sie wirft einen Blick auf die Frauen-Power in indischen Lachclubs. Die Frauen stärken und helfen sich untereinander, manchmal gegen den Widerstand ihrer Ehemänner, sie pflegen ihre Gemeinschaft, indem sie Ausflüge machen, sich zu Hochzeiten einladen und vieles mehr. Ihr Selbstbewusstsein wächst und sie sind zufriedener mit ihrem Leben. Es wird eine große Freude, ihr zuzuhören! Om Shanti!

Madhuri Kataria, Keynote Speaker

LHM2_ "MIT LACHEN BERÜHREN - LAUGHTER & TANTRA"

„Motion creates Emotion“ - die gegenseitige Verbindung zwischen Körper und Geist ist ein Grundprinzip im Lachyoga: Wenn mein Körper lacht, geht's meiner Seele gut. Das gilt genauso für alle anderen Emotionen und Erfahrungen. Beim Tantra geht es darum, achtsam wahrzunehmen, zu spüren, zu berühren und anzunehmen, was ist. Wenn wir uns auf körperlicher Ebene mit allen Sinnen öffnen, dann inspiriert das den Geist und erhöht die seelische Präsenz. In diesem Workshop kannst Du die Begegnung mit Dir selbst und mit anderen Menschen neu erfahren. Dabei werden wir Lachyoga mit tantrischen Elementen kombinieren. Das Ganze findet ohne ausziehen und ohne sexuellen Hintergrund statt.

Angela Mecking, Lachyoga Master Trainer

LHM3_ "PFUND-LOS-LACHEN – LEBENSFREUDE CONTRA FETTPÖLSTERCHEN"

WS-Inhalt: Steinzeitdiät, Trennkost. . . versprechen Hilfe zum Abnehmen. . . Oder können wir die Pfunde „ganz einfach“ durch Lachen purzeln lassen? Aus eigenen Erfahrungen, zusammen mit Kinesiologen und Sozialpädagogen, in ihrer Tätigkeit in Reha-Kliniken, in Kursen und der Einzelberatung, kam die Ernährungsberaterin und Lachyoga-Lehrerin zu interessanten Ergebnissen. Im Workshop gibt es dazu Infos, Rezepte, Lachübungen und das Kennenlernen der neuen Entspannungsmethode K.L.E.E. ® (Klang-Lachen-Energie-Entspannung), die auch Bestandteil ihrer Gewichtsreduktionskurse ist. **Regine Carl**

LHM4_ "WER SCHMETTERLINGE LACHEN HÖRT, DER WEISS, WIE WOLKEN SCHMECKEN"

In diesem Praxis Workshop möchte ich Lachyoga bewusst mit Wahrnehmungserfahrungen verbinden. Im Lauschen, Schauen, Riechen, Schmecken, Spüren lassen wir uns auf aktive Lacherlebnisse ein. Es wird ein heiteres Lach-Menü aufgetischt und in der abschließenden Entspannung wohlig nachgespürt und verdaut. **Lena Hannemann**

LAUGH LAB –

WISSENSCHAFT UND FORSCHUNG

26

LL1_ "DIE INDIVIDUELLE WIRKUNG DES LACHENS UND LACHYOGA AUF DAS AUTONOME NERVENSYSTEM"

Roswitha Theisl und Peter Cubasch (Keynote Speaker) werden zusammen einen interaktiven Vortrag halten, der mit Biofeedback-Messungen (Brustgurt) an den Teilnehmer(inn) begleitet wird. „Lachen ist gesund“. Haben Sie sich schon mal, die Frage gestellt, ob das auch auf SIE zutrifft? Die positive Auswirkung von Lachen auf unseren Körper ist durch Studien belegt, doch wie wirkt Lachen ganz individuell auf Sie? Kommen Sie mit auf eine Entdeckungsreise in den menschlichen Körper und erleben Sie Wirkung und Ursache von messbaren regenerativen oder belastenden Körperreaktionen. Dies ist möglich durch einfachste easyBIOFEEDBACK© Messungen, die Sie selbst anwenden können.

Roswitha Theisl und Peter Cubasch

LL2_ "UNBEWUSSTE KÖRPERVORGÄNGE – WIE KÖNNEN SIE GEMESSEN WERDEN?"

Interaktiver Vortrag auch für eine größere Gruppe an Teilnehmern. Beschreibung allgemeiner Zusammenhänge (unbewusste Körpervorgänge, wie können sie gemessen werden, wie wirkt Lachen/Entspannung etc.). Sehr interaktiv gehalten. Zum tieferen Verständnis des Vortrags „Die individuelle Wirkung des Lachens und Lachyoga auf das autonome Nervensystem“. *Roswitha Theisl*

LL3_ "VERBESSERUNG DER LEBENSQUALITÄT VON BRUSTKREBSPATIENTINNEN DURCH LACHYOGA"

Studienprojekt an der Frauenklinik Düsseldorf zum Beleg der Wirksamkeit von Lachyoga in der Nachsorge von Brustkrebspatientinnen. Dr. Anne Jeschke wird sich an diesem Vortrag ebenfalls beteiligen, da sie am selben Projekt in Stralsund mitwirkt. *Rüdiger Lewin*

LL4_ "LACHEN BIS DER ARZT WEG GEHT"

Wissenschaftliche Ergebnisse über die Effektivität von Lachyoga bei klinischen Krankheitsbildern. Bericht über „Lach-Yoga als Gruppentherapie“ in der klinischen Behandlung einer Akut Psychiatrie mit Versorgungsauftrag. Darstellung der ersten wissenschaftlichen Auswertung mit Aussagen über die Effektivität bei unterschiedlichen klinischen Krankheitsbildern. Die Lach-Yoga Gruppe ist Behandlungsbestandteil eines Salutogeneseangebotes in den LVR Kliniken Bonn, die seit sechs Jahren, regelmäßig wöchentlich angeboten wird. Die ersten Ergebnisse lassen eine deutliche Aussage zu, dass Patientinnen und Patienten die LY gemacht hatten, eine deutliche positivere Bewertung ihrer eigenen Behandlung abgeben als die Patientinnen und Patienten der Kontrollgruppe. *Bendix Landmann*

LL5_ LACHEN ALS GEGENSPIELER DER SCHAMANGST: DAS HEILSAME POTENZIAL VON LACHCLUBS

Es ist ebenso schwer, einer Schamattacke gegenzusteuern, wie es unmöglich ist, einen Lachanfall willentlich zu unterdrücken. Die Scham und das Lachen belegen jedoch zwei entgegengesetzte Pole. Scham führt zu einem „emotionalen Einfrieren“: Dies äußert sich in der Erstarrung der Gestik und der „Versteinerung“ der Mimik. Dadurch wirken die Betroffenen prinzipiell „lächerlich“. Durch das Mittel therapeutischen Lachens besitzen wir die einzigartige Möglichkeit, die schädlichen Auswirkungen der Schamangst nachhaltig aufzulösen. Dies wird durch eingespielte Videoclips belegt.

Dr. Michael Titze, Keynote Speaker

27



LAUGH LIFE CARE – LACHENDE STERBEBEGLEITUNG

LLC_ "HUMOR IN DER STERBEBEGLEITUNG"

Wir sind glücklich, dass er bei diesem Kongress wieder dabei ist! Schon 2010 war er mit zwei außergewöhnlichen Vorträgen präsent und hat seine ZuhörerInnen zum Lachen und zum Nachdenken gebracht. Lachen und Humor in der Sterbebegleitung für Patienten, Angehörige, Pflegekräfte ist ein Thema, das H-A Korp besonders am Herzen liegt, auch durch seine Erfahrungen in der ehrenamtlichen Hospiz-Arbeit. Gerade in schwierigen Lebensphasen hilft es, sich auf Ressourcen zu besinnen: Lachen und Humor als Energiespender, Trostgeber und Kraftquelle. Der Vortrag enthält Lach-Übungen! Außerhalb des Lachyoga Kongresses gibt H-A Korp auch 3-stündige Workshops über das Thema.

Harald Alexander Korp

LAUGH VOICES & SOUND – SINGEN, MUSIK UND KLANG

LVS1_ LAUSCHEN, LACHEN, LOBSINGEN

Wir dürfen uns freuen! Sie ist wieder dabei und wird uns eine Kostprobe ihrer Sangeskunst und ihres Kabarett dar-bieten. Auch wird sie mit ihrer wunderbaren Mutter zusammen, Luisa Hagemann, Märchen auf ganz besondere Weise vortragen. Ein Lachyoga-Kongress ohne Julia Hagemanns Gesang, Musikalität und Kabarett wäre undenkbar. Finden wir das Glück, das längst in uns schlummert! Mit Bewegung, Lachen und Gesang. Erheben wir unsere Herzen und lassen sie überfließen, singen, tönen und improvisieren! Schwelgen wir in Lebendigkeit, Klang und Präsenz! **Julia Hagemann**

LVS2_ "SING DICH FROH UND TÖN DICH SCHÖN!"

Moni Müksch ist eine Entdeckung des Lachyoga-Kongresses in Salzburg 2014. Sie eroberte unsere Herzen im Sturm! So wie das Lachen hat auch das gemeinsame Singen in der Gruppe enorme Auswirkungen auf Körper, Geist & Seele. Sie sind eingeladen zu tönen und Happy Chants & Mantras aus aller Welt zu singen. Ob sie meinen, singen zu können oder nicht, ist dabei nicht wichtig, denn es geht um die Freude und die Meditation durch das Singen. Das afrikanische Sprichwort leitet uns: „Wer gehen kann, kann tanzen & wer sprechen kann, kann singen!“ **Monika Müksch**

LAUGH THERAPY – THERAPIE, PSYCHOLOGIE, REHA

LT1_ "MACH ES WIE DIE SONNENUHR - ZÜRCHER RESSOURCENMODELL"

Die Dipl. Psychologin, Verhaltens-, Musik- und Hypnotherapeutin Gundula Krause aus Roetgen bei Aachen lädt dazu ein, die persönlichen Quellen der Freude zu erkunden. Jubiläum feiern heißt, sich auf Gutes aus der Vergangenheit zu besinnen und gleichzeitig nach Vorne schauen, um uns persönlich weiterzuentwickeln und uns zu stärken. Durch die Betrachtung ansprechender Bilder und die achtsame Wahrnehmung unserer Körperempfindungen wollen wir persön-liche Ziele finden und uns lachend auf den Weg dahin begeben. Die Kombination aus Zürcher Ressourcen Modell und ungewöhnlichen Lachübungen eignet sich für den persönlichkeitsstärkenden Einsatz bei Lachyogaseminaren.

Als Sängerin und Geigerin begeistert Gundula Krause seit über 20 Jahren das Folk-Publikum. Während ihrer Zeit in Los Angeles studierte sie Bluegrass und Cajun am Hollywood's Westlake College of Music. Bei einem Bandwettbewerb des Südwestfunks Baden Baden im Jahr 1993 räumte sie mit ihrer Band „Bundels Giganten“ den ersten Platz ab. Sie wird mit Anne Sintic zusammen, die auch singt und Gitarre spielt, beim Kongress etwas darbieten. Garantiert unplugged!

Gundula Krause

LT2_ "ANSPRUCHSVOLLE TEILNEHMERINNEN IN DER LACHYOGA GRUPPE" UMGANG MIT SCHWIERIGEN KUNDEN

In einem kurzen Impulsreferat werden die Auslösemechanismen von seelischen Erkrankungen dargestellt. Anschließend wird in Form eines Seminars die Möglichkeit gegeben eigene Fälle von „schwierigen“ Klienten in Lachyogagruppen vorzustellen. Es wird Zeit und Raum angeboten Problemlösungen und Strategien im Umgang mit anspruchsvollen TeilnehmerInnen zu entwickeln. Der Referent führt seit mehreren Jahren eine Lachyoga Gruppe in der Akutpsychiatrie durch. Lachyoga kann unerwünschte Seiteneffekte auslösen, die für bestimmte Menschen nicht hilfreich sind. Das Seminar ist aufgrund der Gruppeninteraktion in der Teilnehmer/innen-Anzahl begrenzt. Max. 15 TN

Bendix Landmann

LAUGH THERAPY –

THERAPIE, PSYCHOLOGIE, REHA

30

LT3_ "LACHEN & HUMOR IN KONFLIKTSITUATIONEN"

Konfliktsituationen sind oft unangenehm und deren Bewältigung erscheint sehr kompliziert. In diesem Workshop wollen wir alternative Strategien ausprobieren, denn wer lacht – gewinnt und streitet nicht: Lachen, Humor und Konflikte – wie passt das zusammen? Humor – wertschätzend und fördernd – Wie viel Humor darf es sein? Kombination von Lachübungen, Humor- und Kommunikationstechniken - Humorvolle Strategien zum Eskalationsabbau und Umgang mit unfairen Angriffen - Besserer Umgang mit den eigenen negativen Emotionen. Lachen und Humor schaffen eine positive und förderliche Atmosphäre - probieren wir es gemeinsam aus. **Carmen Goglin**

LT4_ LACHYOGA IN DER MEDIZINISCHEN REHA ALS FREIZEITANGEBOT

„Eine Stunde schmerzfrei!“ ist das beste Feedback der REHA-Teilnehmer. In den onkologischen, orthopädischen und psychosomatischen Kliniken in Bad Lippspringe hat das Lachyoga seinen festen Platz gefunden. Die Patienten sind begeistert über die Vielfältigkeit des Lachyogas, das sogar im Sitzen mit starken Schmerzen und Atemgeräten gemacht wird. Lachyoga fördert das allgemeine Wohlbefinden und verbreitet den Lachvirus sogar in Kliniken. **Friedhelm Koch**

LT5_ "SCHAU MIR IN DIE AUGEN"

Eine Redenwendung sagt: „Wenn sich Erwachsene länger als 3 Sekunden anschauen, fliegen entweder gleich die Fäuste oder sie gehen miteinander ins Bett“. Was hat es auf sich mit dem Blickkontakt – beim Lachyoga ein zentrales Prinzip? Diesem spannenden und zugleich berührenden Thema widmet sich der Workshop. Er vermittelt Erfahrungen und gibt vielfältige Informationen und praktische Anregungen. **Peter Cubasch**

LT6_ "MIT LACHYOGA ZU EINER HEITEREN GELASSENHEIT"

Es geht um das Verhältnis von Positiv zu Negativ in unserer persönlichen Gedanken- und Gefühlswelt. Dieses Verhältnis bestimmt den Grad unseres Lebensglücks. Wir bestimmen darüber, ob wir zu glücklichen Menschen werden oder nicht. Und dieses Verhältnis lässt sich durch Training laut neuesten Erkenntnissen der Neurowissenschaft verändern. Trainieren bedeutet ständige Wiederholung. Nur so kann unser Hirn Neues lernen. Haben wir eine Erkenntnis als wichtig für uns erkannt, dann sollten wir sie so lange wiederholen, bis sie uns nicht mehr verloren geht. Denn unsere innere Haltung bestimmt unser Lebensgefühl. Wie können wir eine heitere Gelassenheit als neues Grundgefühl des Lebens erreichen? Wie können wir unsere emotionale Widerstandsfähigkeit stärken, Angst, Stress und Ärger reduzieren - Freude und Frohsinn aus uns heraus kitzeln? Diese und andere Fragen stehen in meiner ärztlichen Verordnung für den Workshop: Lachyoga-übungen als Stress- und Ärgerkiller: einfach Augen zu und lächeln - probieren wir es gemeinsam. **Dr. Anne Jeschke**

LAUGHTER YOGA UNIVERSITY

31

LYU_ "20 YEARS LAUGH FOR NO REASON"

Die Urheber der weltweiten Lachclub-Bewegung, werden von ihren Erlebnissen der letzten 20 Jahre berichten und einen Ausblick auf neue Projekte und die im Entstehen begriffene Laughter Yoga University in Bangalore/Indien geben.

Mit den Erfindern von Lachyoga, Madhuri und Dr. Madan Kataria

LYU1_ "MITGESTALTEN AN DER GLÜCKLICHSTEN UNIVERSITÄT DER WELT"

Das derzeit ambitionierteste Projekt seit dem Aufkommen von Lachyoga befindet sich in der Startphase: die Laughter Yoga International University in Bangalore/Indien. Gabriela gehört zu den ersten Freiwilligen, die dort eine Zeitlang mitwirkte. Sie kehrte reich beschenkt wieder nach Hamburg zurück. Von ihren unvergesslichen Erlebnissen und Erfahrungen möchte sie berichten und andere dazu ermuntern, sich dort zu engagieren.

Gabriela Leppelt-Rommel, Lachyoga Master Trainer

LYU2_ "LACHYOGA IN INDIEN – EINE SYMBIOSE"

Verschiedene Gründe unterstützen die Entwicklung von Lachyoga (LY) in Indien: Einfluss der Spiritualität und des sozialen Lebens. Persönliche Begegnungen mit Madan Kataria und seiner Familie in Mumbai und die eigene Beziehung zu LY. Wirkung und innovative Ideen eines sich entwickelnden Ansatzes, Dank dem Optimismus des Gründers.

Der Beitrag seiner Anhänger im Ausland, ihre Bewahrung und die Eröffnung der Lachyoga Universität in Bangalore.

Vijay Kumar Singh



DIE REFERENTEN

32



DIE REFERENTEN

20 YEARS LAUGH FOR NO REASON

33

ALEX BANNES

Dipl. Betriebswirt, Dipl. Persönlichkeitstrainer PF, CLYT



Alex Bannes lebt in Hamburg und ist dort seit 2007 als Trainer und Coach für Potenzialentwicklung tätig. Er wurde 2011 durch den Gründer des Lachyoga, Dr. Madan Kataria, als Lachyoga-Lehrer zertifiziert. Seine Besonderheit ist es, Lachyoga mit dem Thema und Methoden der Persönlichkeitsentfaltung zu verbinden. Und weil das so gut funktioniert lautet sein Motto: „Wer lacht, gewinnt!“

ANDREA BETKE

NLP, Reconnective Healing nach Dr. Eric Pearl, CLYT



Bevor ich 2013 als Lachyoga Lehrerin selbstständig wurde, arbeitete ich für verschiedene mittelständische Unternehmen und für Konzerne. Regelmäßig übe ich Qi Gong, Meditation und Yoga Nidra. Das mache ich gerne, doch meine größte Freude ist, mit anderen Menschen gemeinsam zu lachen. Vom ersten Augenblick an, im Jahr 2000, hat mich Lachyoga begeistert. Ich habe etwas gefunden, das ich jeden Tag machen möchte.

REGINE CARL

Ernährungs- u. Diätberaterin, Massagetherapeutin (Klangschalenarbeit)



CLYT, Aus Schwäb. Gmünd, verh., 3 Kids, viele Sommersprossen und Lachfältchen! Seit 2006 „Praxis für ganzheitliche Gesundheit“. Seit 2011 CLYT. Begründerin der ganzheitl. dynamisch-energetischen Entspannungsmethode K.L.E.E. (Klang-Lachen-Energie-Entspannung) - Vorträge, Seminare, Workshops - in VHS, Selbsthilfe- u. Gemeindegruppen, Schulen... Kurse zum CLYL, Gmünder Lachtreff

PETER CUBASCH

Sport- und Musikpädagoge, Master of Science, CLYT



Geb. 1950, verh., vier Kinder; er war als Musikpädagoge an namhaften Hochschulen in Europa und Asien tätig, bevor er in Indien bei Dr. K eine Ausbildung zum CLYT absolvierte. Lachen steht seitdem im Mittelpunkt seiner Arbeit. Tätig an Uni Krems, Berlin, Mozarteum Salzburg; Lach- und AtemForums Austria, ATEM RAUM WIEN; Praxis in Wien; Autor von „Lachen verbindet“

DIE REFERENTEN



DAGOBERT DOMBROWSKY



Volkswirt, Unternehmerberater, Lachyoga-Leiter, CLYL

Seit über 20 Jahren selbständig und ganzheitlich orientiert. Erfahrung in Marketing, Seminar-Organisation, Persönlichkeitsberatung und Internet. Zusammen mit seiner Frau Gisela leitet er ein „Lachyoga-Unternehmen“ und führt das Management für die gemeinsame Firma durch. Darüber hinaus berät er auch viele Lachyogis in Marketing-Angelegenheiten.

GISELA DOMBROWSKY



Lachyoga Master Trainerin CLYMT, Entspannungspädagogin, Bankkauffrau

Ausbildung von CLYL und CLYT, Seminare für Privatpersonen, Unternehmen, Dozentin der Erwachsenen- und Familienbildung. Eltern/Kinderseminare, Vorträge, Workshops auf Gesundheitstagen, Betriebliches Gesundheitsmanagement, Fortbildungen für Erzieher, Pädagogen und Therapeuten. Lachtreffs in Neuss, Düsseldorf und am Weltlachatag.

SUSAN DUSS



Pflegefachfrau Psychiatrie, Yogalehrerin, CLYT, Lachpunkt Winterthur, Schweiz

Susann hat drei erwachsene Kinder die ihr den Spitznamen „Lady Haha“ gegeben haben. Sie ist sehr kreativ und hat das Lachyoga-Mandala „Global Laughter“ entworfen und gemalt. Sie arbeitet freiberuflich als ambulante psychiatrische Spitex, wo sie ihren Klienten auch Einzeltraining in Lachyoga anbietet. Begründerin des „Lachpunkts Winterthur“, Stressmanagement durch Lachyoga.

GABRIELE FINK



Yogalehrerin, Kinesiologin, Lachyoga Master Trainer, Österreich

Schon als Baby in der ganzen Stadt (Braunau am Inn) als lachender Sonnenschein bekannt, steckte sie andere mit ihrem Lachen an. Heute weckt Gabi das Lachen auf professionelle Weise in ihren Trainings, in kinesiologischen Einzelsitzungen und selbst in ihren Yogakursen in ihren TeilnehmerInnen. Ein Lachen, das uns in Kontakt bringt mit unserer Seele. Ganzheitliches Lernen mit Tiefgang, Freude & Kreativität.

NINA FUCHS



Apothekerin, Coach, CLYT, Österreich

1971 ist sie in Wien als lachender Sonnenschein geboren, Pharmaziestudium, Coach Ausbildung, zahlreiche komplementär medizinische Ausbildungen, Ayurveda Ausbildung in Indien und Lachyogatrainerin. 2006 hat sie die Cottage Apotheke übernommen, und um viele Menschen mit dem Lachvirus zu infizieren, erklärte sie diese 2013 zur ersten Lach Apotheke, verbunden mit dem Cottage Lachclub.

CARMEN GOGLIN



Pädagogik/BWL-Studium, Wirtschaftsmediatorin, Business-Coach, CLYT

Seit mehr als 7 Jahren unterstütze ich Firmen bei ihren Personalangelegenheiten. Mit der Reutlinger Lachschole kümmere ich mich als Lach-Yoga-Lehrerin und Wellness-Laughter-Teacher seit fast 2 Jahren um das Lachen und vor allem eine bessere Stressbewältigung für alle. Als Wirtschaftsmediatorin und Business-Coach kümmere ich mich um Personalentwicklung, Kommunikation und die Lösung von Konflikten in Firmen.

EGBERT GRIEBELING



Lachyoga Master Trainer, Krankenpfleger, Tanztherapeut, Bewegungspädagoge

Er leitet das Lachyoga-Institut Sonne und das Internationalen animoVida®-Institut. Ferner ist er Heilpraktiker für Psychotherapie und hat 24 Jahre als (Fach-)Krankenpfleger gearbeitet. Eine Verbindung von Tanz und Lachyoga bietet er schon seit vielen Jahren an. Seit 2010 vermittelt er diese Kombination auch in Fortbildungen.

CHRISTIAN HABLÜTZEL



Lachyoga Trainer, Dipl. Humortrainer/Coach, Künstler, CLYT, Schweiz

Leitet seit 10 Jahren eine Lachgruppe und bringt das Lach-Yoga in Firmen und Institutionen. Initiant und Organisator des Swiss Humor Awards und der Lachparade in Zürich. Kreator der Figur „Fredy Chnorr“ - mit dem Lachsang „We send a Laughter around the world. Autor vom Buch „Geschichten Lachen“. Mitgründer vom Verein Gero clown Schweiz.

LUISA HAGEMANN**Dipl. Pädagogin, Musikerin, Märchenerzählerin**

Erst etwas „Richtiges“, dann die Kunst! So wurde ich zuerst Pädagogin und studierte anschließend Musik, was mir jetzt beim Harfenspiel sehr zugute kommt. Gegen Ende meiner beruflichen Laufbahn bündelte ich alles, was mir im Leben Spaß gemacht hat, in meiner Begeisterung zum Märchenerzählen. Besonders liebe ich den tiefgründigen Humor und das Lächeln in den Märchen.

RENATE LENA HANNEMANN**Ergotherapeutin, CLYT**

Seit 10 Jahren ist sie auf der Spur des Lachens unterwegs. In ihrem Dorf Landringhausen bei Hannover leitet sie ihren Lachtreff. Zu den Jahreszeitenwechseln veranstaltet sie in einem verwunschenen Wäldchen Lachspaziergänge. Alleine und mit Kolleginnen kreiert sie immer wieder neue Veranstaltungen, zuletzt den Weltlachtag 2014 in Hannover am Maschsee.

KERSTIN HELLMUND**Tanz- und Bewegungstherapeutin (BTD), Lachyoga- und Entspannungstrainerin**

Examierte Krankenschwester. Zum Glück kann ich tanzen und lachen! Auch in schweren Lebenslagen schöpfe ich aus diesen Quellen und bewahre meine Lebensfreude. Abschlussarbeit über „Lachyoga in der tanztherapeutischen Gruppentherapie“.

SUSANNE HEIDEL**Sozialpädagogin, Trauerbegleiterin, CLYT**

2006 begegnete sie Madan Kataria zum ersten Mal und ist seitdem unwiderruflich mit dem Lachvirus infiziert. Seit 2007 leitet sie erfolgreich den ersten Bielefelder Lachclub. Lachyoga ist für sie ein wundervoller Ausgleich zu den Anforderungen des beruflichen Alltags. Ihre Angebote: Vorträge, Ausbildung Lachyogatrainer/in, Seminare in Firmen und sozialen Einrichtungen, uvm.

Farben sind das Lächeln der Natur und Blumen ihr Lachen.

James Henry Leigh Hunt

EVA HESSLING**Dipl.-Biologin, Heilpraktikerin, Kinesiologin, CLYT**

Lachend, glucksend, grinsend ... hinterlässt sie eine Spur in ihrem Tag und ihrer Arbeit mit Menschen als Heilpraktikerin, als Dozentin, natürlich als Lachyoga-Lehrerin und bei allen, die ihr zu nahe kommen. Seit 2011 ist sie beim LY, seit 2012 CLYT und es ist wie ein „nach-Hause-kommen“. Sie leitet LY-Abende, -Workshops, auch in Unternehmen. Org. Weltlachtag Bonn.

SUSAN HOLZE-APELL**Physiotherapeutin, Kinesiologin, Yogalehrerin, Yogatherapeutin, Lachyogaleiterin mit eigener Praxis in Heidelberg –**

Leitet einen Lachclub in Heidelberg seit 5 Jahren und integriert therapeutisches Wissen mit viel Spaß in das Lachyoga

HEIDI JANETZKY**Künstlerin, Internet-Gestalterin, Laughter Ambassador, CLYT**

Bestimmt lachte ich schon bei meiner Geburt. Mit 14 habe ich Tonbänder belacht, um dann wieder über meine eigene Lache zu lachen. Das konnte ich stundenlang. Natürlich war mein Leben nicht nur zum Lachen, doch ich lachte, steckte mit meinem Lachen andere an und habe das Lachen nach Jahren als Regisseurin und Schauspielerin zu meinem Beruf gemacht. Wenn das nicht zum Lachen ist?!

DR. ANNE JESCHKE**Ärztin, Radiologin, Yogalehrerin, Yogatherapeutin, CLYT**

Als Stralsunderin liebt sie das Meer und dessen ständige Veränderung. Deutschlandweit als radiologisch tätige Ärztin in verschiedenen Kliniken und Praxen. Mit diagnostischem Blick suchte sie lange nach einem Weg zur heiteren Gelassenheit und lernte 2007 durch Yoga und Lachyoga achtsam und mit den Herausforderungen des Lebens umzugehen. 2010 eigene Yogatherapiepraxis. „Lachen und Yoga sind die beste Medizin“.



SUSANNE KLAUS**Betriebswirtin, Yogalehrerin und CLYT**

Ihre 1. Lachyoga-Ausbildung 2004 beim Verband für LY-Therapeuten; 2005 Gründung der Stuttgarter-Lachschule. 2012 bei Dr. Kataria Ausbildung zur Lachyoga-Lehrerin. Als Betriebswirtin war sie zuletzt 10 Jahre in einem mittelständischen Unternehmen als Leiterin für die Bereiche Personal, Finanzen und Controlling tätig, bis sie sich 2011 im Bereich Lach-Yoga, Yoga und Finanzcoaching (Mensch und Geld in Balance) selbständig gemacht hat.

FRIEDHELM KOCH**Lachyoga-Leiter, Sportlehrer a.D., Präventionsberater**

Er ist seit September 2012 in Ruhestand und genießt seitdem die Vorzüge des Lachyogas mit allem was dazu gehört. Er hält Lachyoga-Stunden in verschiedenen REHA-Kliniken und leitet einen Lachclub in Kamen. Sein Wissen in der Präventionsberatung erstreckt sich bis hin zur „INPUTechnologie“. Er hält zudem Vorträge in versch. Einrichtungen.

HEDWIG KOCH-MÜNCHE**Lachyoga-Lehrerin, Autorin**

Ihr Logo „Das Lachen besitzt eine große Macht, ist es mit Herz und Verstand gemacht/ gelacht“. Seit Sept. 09 leitet sie einen Lachclub in Paderborn und seit Juli 13 in Kamen. Vorträge und Workshops in versch. VHS, REHA-Kliniken und Unternehmen runden ihr Programm ab. In Schulen und Kindergärten stellt sie Lachyoga mittels ihres eigens dafür entwickelten Buches vor.

GUNDULA KRAUSE**Diplom Psychologin, CLYT**

Verhaltens-/Musik-/Hypnotherapeutin in Roetgen bei Aachen. Sie leitet Lach-Yoga Gruppen und Workshops, die durch die Ressourcenarbeit bereichert werden. Eine ihrer Quellen der Freude ist Irish-Folk. Als Geigerin und Sängerin begeistert sie seit über 20 Jahren das Folk-Publikum. Tanzstücke und Balladen gehören zum Repertoire ihrer Band „Wintergreen Goblins“.

BENDIX LANDMANN**Sozialarbeiter und Soziotherapeut, CLYL**

58 Jahre alt, seit 40 Jahren beruflich in therapeutischen Behandlungen tätig. Zurzeit arbeitet er der Akut-Psychiatrie-Klinik in Bonn. Er bietet seit einiger Zeit eine Lachyoga Therapiegruppe in der LVR Klinik Bonn an und hat in dieser Gruppe eine Verlauf Evaluationsstudie zu den Wirkungen des Lachyoga gestartet.

GABRIELA LEPPERT-REMMELE**1. Europ. Lachyoga Master Trainer, CEO LY-Kongress, Yogalehrerin**

Ehem. Rheinländerin, verh., 2 Kinder, lebt, liebt und lacht in Hamburg, gründete 2000 einen Witze-Stammtisch, Lachclub-HH seit 10 Jahren, hat über 500 CLYL trainiert. Ausbilderin von CLYT. Viele Kooperationen mit Dr. Kataria. Produzentin von Lachyoga-Schulungs-DVDs. „Meine Begegnungen mit den Kataris haben mir die Tür zu einem in jeder Hinsicht sonnigeren Leben geöffnet“

RÜDIGER LEWIN**Niedergelassener Frauenarzt, Präventivmediziner, DMP-Arzt-Brustkrebs, Lachyogaleiter**

Jahrgang 1954, seit 1999 niedergelassener Frauenarzt, hat Lachyoga bei Gisela Dombrowsky gelernt.

ANGELA MECKING**Persönlichkeitstrainerin, LY-Biz-Trainerin, „Lachyoga Master-Trainer“ nach Dr. Madan Kataria sowie Tantra-Lehrerin.**

Sie bildet Lachyogaleiter und -lehrer aus und ist Dozentin für das Weiterbildungsmodul „Lachyoga & Stress-Management“ beim Lachyoga-Verband. Außerdem organisiert sie Lachyoga- und Tantra-Urlaube, u.a. in Indien, auf Mallorca und Bali.

Nicht nörgeln und schnörkeln, sondern lachen und machen!

Cäsar Otto Hugo Flaischlen

ALEXANDER MOSER

Dipl. Volkswirt, Dozent, CLYT



Mehrjähriger Lebensmittelpunkt im größten Wald Europas. Aufgewachsen mit Rheinland und Brasilien im Herzen. Dipl. Volkswirt der Martin-Luther-Universität Halle. Ehemals Headhunter, heute Dozent und Motivator. Gründer des Lachclubs Neumarkt. In meinem Wirkungskreis ist Arbeitslosigkeit kaum nachweisbar. Miteinanderlacher.

MONIKA MÜKSCH

Lachmuskeltrainerin, Schauspielerin, Singleiterin, CLYL



Schon als 2-Jährige lachend & singend Alleinunterhalterin in Kindergarten, Straßenbahn und Zuckerlgeschäften in Wien. Sportstudium, Eistanzkarriere, Schauspielausbildung, Coach- und Trainerausbildungen konnten daran nichts ändern. Bringt mit Begeisterung den Humor in die Welt und liebt das gemeinsame Singen in fröhlicher Runde!

KARLA PENSE

Lach- & Resilienztrainerin, Burnout-Lotsin, CLYT



Sie leitet das Burnout-Helpcenter Erfurt, ist freiberufliche Trainerin in der Erwachsenen-Fortbildung und entwickelt eigene Seminarkonzepte. Vor 10 Jahren entdeckte sie Lachyoga und war sofort davon begeistert. Sie setzt es gezielt im Stressmanagement, der Burnout-Beratung, im Resilienztraining und in der Teambildung ein. Sie organisiert die Weltlachtage in Erfurt und gründete den Erfurter Lachclub, den sie mit viel Freude leitet.

SILVIA RÖSSLER

Physio-Akupunkturtherapeutin, Tanz-Sozialtherapeutin, Tanz- und Theaterpädagogin, CLYT



Die Bielefelderin arbeitet in eigener Praxis als Physio-Akupunkturtherapeutin und lässt den Geist des Lachyogas immer mehr in ihre Arbeit einfließen. Seit vielen Jahren leitet sie eine Tanzgruppe, hat viel Freude am Singen und hat den Lachclub Ost in Bielefeld gegründet. Autorin von „Krankengymnastische Gruppenbehandlung - mit Pfiff“

MARTINA SALINGER-ROST & HUBERTUS SALINGER

Martina Salinger-Rost - Kommunikationswissenschaftlerin und Präventologin, CLYT

Hubertus Salinger - freischaffender Künstler und Impulseur, CLYT



Seit über 17 Jahren beschäftigen sich beide mit den Bereichen der mentalen und emotionalen Gesundheit. Ihrer Arbeit basiert auf den Erkenntnissen der Positiven Psychologie nach Prof. Martin Seligman und dem Gesundheitsgedanken der Salutogenese. Seit über 10 Jahren arbeiten sie eng mit Krankenhäusern zusammen.

DORIS SCHÜRMANN

Dipl. Sozialpädagogin/Casemanagement/Psycho-soziale Betreuung, CLYT



Lachen, Humor und Klang im Gesundheitsbereich. Es begann 2007 mit einem Lachseminar für Krankenhaussozialdienste. Internationales Lachen mit Madan Kataria in der Schweiz (CLYT) und beim Europäischen Berufsverband für Lachyoga und Humortraining e.V., Köln und München folgten. Klinikclown-Ausbildung (Dr. Petra Klapps, Köln), Klangmassage-Ausbildung (Institut für energetische Klangarbeit, Rheine), DrehorgelArt „Schürmanns LiLa“

CAROLINE SCHUBERT

Schauspielerin, Coach, CLYT



Caroline Schubert, geboren 1981, ist gelernte Schauspielerin, zertifizierter Coach für The Work, Practitioner für Quantum Entrainment, Lachyoga Teacher und Mutter eines 8-jährigen Sohnes. Die Lach- und Lautmeditation und daraus oftmals zum Vorschein kommende, zügellose Lust am Schabernack und Humor sind ihre Leidenschaft.

VIJAY KUMAR SINGH

Dip. Ing. ETH, Journalist BR, CLYT



Lachen habe ich in der Familie gelernt. Später während meines Studiums und als Manager in der Schweiz merkte ich, dass Lachen nicht selbstverständlich ist. Als Journalist begegnete ich Madan Kataria. Seitdem lache ich in Seminaren, Workshops oder an privaten Anlässen. Wenn meine Lach-Gene nicht spontan aktiv sind, nehme ich die Lachyoga-Technik zur Hilfe. Denn Lachen fördert mein Wohlbefinden.

ANNE SINTIC

Anne Sentic, Dipl.-Ing. Bauwesen, CLYT

Weil es in Aachen keine Lach-Yoga-Angebote gab, beschloss sie, selbst Lach-Loga-Leiterin zu werden. Seit 2010 bringt sie dort den Lach-Yoga-Virus tatkräftig unters Volk z.B. in dem Kurs „Lach-Dich-wach“ für Frühaufsteher. Ihre Spezialität sind Spiele für viele und Lieder, die zum Mitsingen, Lachen und Bewegen einladen. Mit Gundula Krause musiziert sie zusammen in der Irish-Folk-Band „Wintergreen-Goblins“. Ihrer Stimme verhalf Lach-Yoga zu neuer Stärke.

KERSTIN SPOER

Lachyoga ist seit 2004 fester Bestandteil meiner Freizeitaktivitäten. Humor, Freude und Leichtigkeit zu leben, ist mir wichtig. Während meiner beruflichen Neuorientierung habe ich mir Zeit genommen, meinen Kindheitstraum zu erfüllen. So ist ein kleines Buch mit deutschen und englischen Gedichten entstanden, das ich auf dem LYK 2015 in Bad Meinberg veröffentlichte. Lachen und Schreiben kommen bei mir von jeher aus tiefstem Herzen.

VERONIKA SPOGIS

Dipl.-Pädagogin, Dipl.-Sozialpädagogin, CLYT

Für die in einer Verwaltung tätige Münsteranerin ist Lachyoga DIE Methode, um Stress abzubauen. Seit 2004 ist sie in der Leitung des Lachtreffs Münster. Seit 2006 hält sie Vorträge, Workshops, Seminare in Volkshochschulen, Initiativen, Selbsthilfegruppen, Schulen, Krankenhäusern und Unternehmen. Seit 2010 gibt sie CLYLT gemäß der Dr. Kataria School of LY.

ROSWITHA THEISL

Unternehmensberaterin, Hochschullehrende, Biofeedbacktrainerin und -coach, CLYL

Ich zeige Menschen nachweislich, wie sie ihren Körper wieder spüren können. Biofeedback war für mich nur eine medizinische Domäne für „Kranke“. Ich habe Werkzeuge/Methoden mitentwickelt, die zur Bewusstseinsbildung einfach und kostengünstig Reaktionen zeigen. Als Unternehmensberaterin und Hochschullehrende setze ich das bei Kunden und in der Forschung mit sehr viel Freude und Überzeugung ein.



Carl Ludwig Schleich

Alle Referentinnen und Referenten sind Humor- und/oder Lachyoga-Experten

Abkürzungen: CLYL = Certified Laughter Yoga Leader, CLYT = Certified Laughter Yoga Teacher, offizielle von Dr. Kataria verwendete Bezeichnungen für Level 1 und 2 seiner Ausbildungen.



KONTAKTE

ALEX BANNES www.lachyoga-hamburg.de | abannes@lachyoga-hamburg.net
ANDREA BETKE www.laugh-connects.com | info@laugh-connects.com
REGINE CARL www.regine-carl.de | info@regine-carl.de
PETER CUBASCH www.cubasch.com | peter@cubasch.com
DAGOBERT DOMBROWSKY www.mit-lachen-zum-erfolg.de | info@mit-lachen-zum-erfolg.de
GISELA DOMBROWSKY www.mit-lachen-zum-erfolg.de | info@mit-lachen-zum-erfolg.de
SUSANN DUSS www.susanduss.ch | susan.duss@swissonline.ch
GABRIELE FINK www.finkin.at | praxis@finkin.at
NINA FUCHS www.lachzentrum.at | www.cottage-apotheke.at | willkommen@lachzentrum.at
CARMEN GOGGLIN www.reutlinger-lachschule.de | www.goglin.de | carmen.goglin@goglin.de
EGBERT GRIEBELING www.lachyoga-sonne.de | info@lachyoga-sonne.de
CHRISTIAN HABLÜTZEL www.lachdichgesund.com | info@lachdichgesund.com
JULIA HAGEMANN www.juliahagemann.de | jhag@gmx.de
LUISA HAGEMANN www.maerchen-mythen-musik.de | luisahagemann@yahoo.de
RENATE LENA HANNEMANN www.lachkurse.com | kontakt@lachkurse.com
KERSTIN HELLMUND Kerstin-hellmund@gmx.de
SUSANNE HEIDEL www.lachyoga-lehrerin.de | lachyoga-bielefeld@web.de
EVA HESSLING www.die-heilpraxis-bonn.de | info@die-heilpraxis-bonn.de
SUSAN HOLZE-APELL www.susanholze.de | info@susanholze.de
HEIDI JANETZKY www.kreativitaet-und-lachen.de | info@kreativitaet-und-lachen.de
DR. ANNE JESCHKE www.yogatherapie-stralsund.de | lachmal@email.de
SUSANNE KLAUS www.stuttgarter-lachschule.de | info@stuttgarter-lachschule.de
FRIEDHELM KOCH www.lachenmitherz.eu | frikoch@gmx.de
HEDWIG KOCH-MÜNCH www.lachenmitherz.eu | lachenmitherz@gmx.de
HARALD-ALEXANDER KORP www.hakorp.de | hakorp@t-online.de
BRIGITTE KOTTWITZ www.brigittekottwitz.de | www.lachclub-frankfurt.de | www.cabrikunst.de
CAROLYN KRÜGER www.lachclub.info | www.cabrikunst.de | mail@lachclub.info
GUNDULA KRAUSE www.lachen-in-aachen.de | Gundi.Krause@yahoo.de
BENDIX LANDMANN www.klinik-bonn.lvr.de | Bendix.Landmann@lvr.de
GABRIELA LEPELT-REMMEL www.lachyoga-institut.de | info@yogilachen.de
RÜDIGER LEWIN www.frauenarzt-lewin.de | info@frauenarzt-lewin.de
ANGELA MECKING www.lachen-verbundet.de | info@lachen-verbundet.de
ALEXANDER MOSER www.miteinanderlachen.de | info@miteinanderlachen.de
MONIKA MÜKSCH www.mueksch.at | monika@mueksch.at
KARLA PENSE www.lach-dich-stark.de | kontakt@lach-dich-stark.de
SILVIA RÖSSLER www.lachyoga-silvia-roessler.de | silvia.roessler@arcor.de
MARTINA SALINGER-ROST & HUBERTUS SALINGER www.lebenstaucher.de | hubertus.salinger@web.de
DORIS SCHÜRMANN www.yoga-del-sol.de | info@dorisschuermann.de

CAROLINE SCHUBERT www.carolineschubert.de | schubertcaroline@hotmail.de
VIJAY KUMAR SINGH www.lachyoga.ch | vk@singh.ch
ANNE SINTIC www.lachen-in-aachen.de | anne.sintic@online.de
KERSTIN SPOER Kerstin.spoer@gmx.de
VERONIKA SPOGIS www.lachtrainerin.de | info@lachtrainerin.de
ROSWITHA THEISL www.act2win.com | rt@act2win.com
DR. MICHAEL TITZE www.michael-titze.de | titze-michael@web.de
THOMAS RAHI TOPOLANEK www.lachyogahaha.at | topoworld@aon.at

Selten habe ich eine solche Freude empfunden wie in jenem Augenblick. Die Ascorbinsäure tat also ihre Wirkung. Ebenso das Lachen. Beides zusammen rückte dem, wie auch immer geartetem Gift, das mein Bindegewebe zu zerstören drohte, mit Macht zu Leibe. Das Fieber ging zurück, der Puls raste nicht mehr.

Aus „Der Arzt in uns selbst“
von Norman Cousins



Es gibt nichts Schöneres auf
der Welt als ein reines Lachen
unter Tränen.

Rudolf von Tavel

IMPRESSUM

Veranstalterin + Kontakt

Gabriela Leppelt-Rommel, Lachyoga-Master Trainer und Yoga-Lehrerin, Leiterin des Lachyoga Institutes und des Lachclubs-Rahlstedt, Mitglied bei HumorCare e.V., Produzentin der vieler Schulungs-DVDs und Downloads. Sie hat es sich zum Ziel gesetzt, das öffentliche Interesse für den großen gesundheitlichen Nutzen von Lachyoga zu fördern.

www.lachyoga-institut.de | T. 040 / 648 923 91 | info@yogilachen.de

LACHYOGA
INSTITUT

Veranstaltungsort

YOGA-VIDYA E.V. | HAUS SHANTI

Yogaweg 1 (ehemals Wällenweg 42) / 32805 Horn-Bad Meinberg

www.seminarhaus-shanti.de / gastgruppen@yoga-vidya.de

Telefon +49(0) 5234 87-2332

Kosten

siehe S. 50

Sponsoren

wueins concept

www.wueins.de

Yogapad

www.yogapad.de

Bitte frühzeitig anmelden.



LACHYOGA INSTITUT

Exzellente Lachyoga-Trainings mit Zertifikat
Original nach Dr. Kataria

Lachyoga-Lehrer-Ausbildung

Biz-Workshops

Vorträge

Reisen

Lachclub

Lachyoga-Schulungs-Videos

Größter Shop außerhalb Indiens!
Alles in deutsch! Super günstige
Downloads!

Mehr Infos?

Gabriela Leppelt-Remmel | Haffkruger Weg 18 | 22143 Hamburg | Fon 040.64 89 23 91

www.lachyoga-institut.de | info@yogilachen.de

20 YEARS LAUGH FOR NO REASON

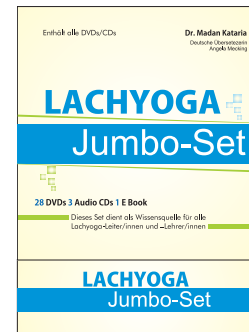


LEBEN.LIEBEN.LACHEN

11 original Beiträge / über 7 Stunden

Auf diesen 3 DVDs halten Expertinnen und Experten mit Humor gewürzte Vorträge oder leiten praxisorientierte Workshops. Sie erfahren, wie universell anwendbar Lachyoga ist, denn es hält schon längst Einzug in Therapie, Pädagogik, Altenpflege, Sport, Business u.v.m. Ein ganz besonderes Schmankerl ist der unterhaltsame Rückblick auf ein Jahrzehnt Lachyoga von den Insidern Brigitte Kottwitz und Carolyn Krüger! ~~29,00 €~~

Jubiläumspreis 14,95 €

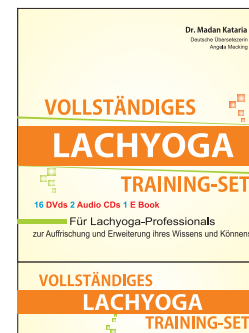


LACHYOGA – JUMBO-SET

28 DVDs, 3 Audio-CDs, 1 eBook

Jetzt endlich auch in deutscher Sprache! Eine exzellente Quelle für Lachyoga-Professionals! Diese Trainings-Videos vermitteln profundes Wissen über Lachyoga. Außerdem lernt man das Wichtigste über Marketing, Public Relations, Führungsstil und Präsentationsfertigkeiten zur Entwicklung von Business-Chancen mit Lachyoga. ~~295,00 €~~

Jubiläumspreis 250,00 €



VOLLSTÄNDIGES LACHYOGA TRAINING SET

16 DVDs, 2 CDs, 1 eBook

Jetzt endlich auch in deutscher Sprache! Für Lachyoga-Profis zur Auffrischung und Erweiterung ihres Wissens und Könnens. Eine exzellente Quelle für Lachyoga-Professionals! Die Trainings-Videos vermitteln profundes Wissen über Lachyoga-Sessions, Lach-Meditationen und Grounding-Übungen. Außerdem erfährt man das Wichtigste über Marketing, Public Relations, Führungsstil und Präsentationsfertigkeiten zur Entwicklung von Business-Chancen.

~~185,00 €~~

Jubiläumspreis 150,00 €

INFOS

Die Anreise kann täglich zwischen 8.15 und 19.30 Uhr an der Rezeption im Seminarhaus Shanti stattfinden. Freitag und Sonntag kann auch bis 22.30 Uhr angereist werden. Die Gästezimmer können generell ab 15.00 Uhr bezogen werden. Die Zimmer sind am Abreisetag bis spätestens 12.30 Uhr zu räumen. Über eine kleine Unterstützung (Bett abziehen, Müll leeren) würden wir uns sehr freuen. Alle Mahlzeiten werden im Hauptgebäude (Pyramide, ca. 300 m zu Fuß) eingenommen. Essenszeiten während des Kongresses: Frühstück 08.10 – 09.00 Uhr, Brunch 11.00 – 12.15 Uhr, Abendessen 17.30 – 19.15 Uhr. Bitte achte darauf, deinen Magen unmittelbar vor Workshops nicht zu belasten. Gönn dir nach dem Essen etwas Zeit zum Verdauen und nimm dir auch die Freiheit, das Frühstück auszusparen, damit du in dieser Zeit an Workshops teilnehmen kannst. Ein Stück Obst oder Knäckebrot werden dir helfen, es bis zum Brunch auszuhalten.

Preise

Für Kongress / Trainings / Unterkunft / Verpflegung

27.02. – 01.03.2015 – Kongress-Gebühr 260,00 € / Studenten* / Azubis 130,00 €

22.02. – 26.02.2015 – Lachyoga-Lehrer-Ausbildung 950,00 € / Wiederholer 350,00 €

(Bildungsprämien/Bildungsgutscheine werden angenommen. Wir beraten dazu gerne.)

27.02.2015 (09.00 – 12.00 Uhr)

Seminar „Emotionale Intelligenz durch Lachyoga“ bei Dr. Madan Kataria 100,00 €

(nur mit dem Kongress und/oder der Lehrerausbildung zusammen buchbar)

Jubiläumspreis für eine Woche voller Lachen!

Lachyoga-Lehrer-Ausbildung & Emotionale Intelligenz & Kongress 1200,00 € (Ersparnis 110,00 €)

Lachyoga-Lehrer-Ausbildung & Emotionale Intelligenz 1000,00 € (Ersparnis 50,00 €)

Übernachtungspreise (Vollpension) pro Person / Verpflegung beginnt mit dem Abendessen und endet mit dem

Mittagessen Zimmerpreise (Pro Person inkl. Frühstück; ohne Gewähr)

Mo-Do | Doppelzimmer: 41,50 € | Einzelzimmer: 56,75 € | 4-Bett-Zimmer: 33,25 €

Fr-Sa, Sa-So | 5,00 € Wochenendpauschale

Vor dem 22.02. und nach dem 01.03. gelten die Individualpreise von Yoga-Vidya.

Ort und Unterkunft

YOGA-VIDYA E.V. / SEMINARHAUS SHANTI

Yogaweg 1 (ehemals Wällenweg 42) / 32805 Horn-Bad Meinberg

www.seminarhaus-shanti.de / gastgruppen@yoga-vidya.de

Telefon +49(0) 5234 87–2332

Kongress-Beginn und Ende um 14 Uhr

* StudentInnen, die Lachyoga an ihrer Universität verbreiten oder darüber eine Arbeit schreiben, sind von der Kongress-Gebühr befreit.

ANMELDUNG

Alle Infos und Programm auf www.lachyoga-kongress.de

Per Post an: G. Leppelt-Rommel, Lachyoga Institut, Haffkruger Weg 18, 22143 Hamburg

Bitte nicht an Yoga-Vidya!

☐ Herr ☐ Frau Name: _____ Vorname: _____
 Straße, Nr.: _____ Plz./Ort: _____
 Land: _____ Telefon: _____
 Mobil: _____ E-Mail: _____

Ich wünsche Unterbringung (inkl. Essen) bei Yoga-Vidya im: ☐ Einzelzimmer ☐ Doppelzimmer ☐ Mehrbettzimmer

☐ Doppelzimmer zusammen mit: _____

☐ Kongressteilnahme ohne Übernachtung (nur mit Verpflegung)

☐ Ich möchte am Seminar „Emotionale Intelligenz“ bei Dr. Kataria teilnehmen. (27.02. von 9.00 bis 12.00 Uhr)

☐ Ich möchte am Lachyoga-Lehrer-Training bei 4 Master-Trainern teilnehmen.

☐ Ich bin länger da, und zwar vom _____ bis _____.

Preise

Kongress: 260,00 € | Lehrer-Training: 950,00 € | Emotionale Intelligenz: 100,00 € | Jubiläumspreise siehe S. 50

Doppelzimmer: 41,50 € | Einzelzimmer: 56,75 € | 4-Bett-Zimmer: 33,25 € | (Vollpension) Alle Preise inkl. MwSt.

Zimmerpreise ohne Gewähr

Bitte hier unterschreiben

Ort, Datum, Unterschrift

Anmeldung per Post an:

Gabriela Leppelt-Rommel, Lachyoga-Institut
 Haffkruger Weg 18, 22143 Hamburg, Deutschland

Anmeldung per eMail an: info@yogilachen.de

Anmeldung per Anmeldeformular: www.lachyoga-kongress.de

Anmeldung telefonisch unter: +49 (0) 40 / 648 923 91

Alle Infos
 und Programm auf
www.lachyoga-kongress.de



www.lachyoga-kongress.de | T. +49 (0) 40 / 648 923 91 | info@yogilachen.de

In Kooperation mit:



yogapadde
yoga online community