

Lachclub Göttingen



😊 Jeden Mittwoch, von 18:30 – 19:30 Uhr
(fortlaufend, außer an Feiertagen,
beim ersten mal bitte 10 Minuten früher kommen)

😊 Im „Roten Raum“ in der MUSA e.V. –
Das Kulturzentrum Göttingens, Hagenweg 2a

😊 5 € pro Abend Kostenbeitrag

Komm & lach mit!

Die sonnige Seite des Lebens



Lachyoga, auch „Lachen ohne Grund“ genannt, wurde von dem indischen Mediziner Dr. Madan Kataria und seiner Frau Madhuri entwickelt und wird mittlerweile weltweit mit viel Erfolg praktiziert.

Lachyoga besteht aus einer Kombination von Atem-, Dehn-, Klatsch- und natürlich Lachübungen.

Lachen hat wissenschaftlich bewiesen äußerst positive Auswirkungen auf den Körper und die Psyche.

Ferner fördert Lachyoga das soziale Miteinander und öffnet den Blick für kreative Betrachtungsweisen, was im Alltag wie auch im Berufsleben positive Auswirkungen hat.



Infos unter:
www.lachyoga-sonne.de
oder 0551 / 53 14 726

Tipp für tanzlustige Menschen:
Die pure Lust am LebensTanz · www.animoVida.de