



Anita Klein

Lachtrainerin & Laughter Wellness Consultant

Mitglied im Europäischen Berufsverband für
Lachyoga und Humortraining e.V.

Termin von 13:00 bis 13:45 Uhr

„Geschenk des Lachens“ – mit Lachen zum Wohlfühl

Bei meiner LachWellness erlebst du Lebensfreude, Leichtigkeit und entspanntes Wohlfühlen. Physisch und psychisch Kraft tanken und die Resilienz stärken mit einfachen heiteren Atem- und Lachübungen.

Genieße eine Zeit der gelebten Freude: Lachen ist der Tanz des Atems!

Ohne explizit das Tanzbein zu schwingen, werden wir trotzdem mit meiner LachWellness in einen beschwingten, freudigen Zustand gelangen: raus aus dem Kopf- rein ins Gefühl!

- Wenn du einfach mal beim Grübelkino die Pausentaste aktivieren,
- wenn du dich mit anderen Menschen gemeinsam verbinden
- und dein Lachen (wieder) erleben möchtest,

dann entdecke das „**Geschenk des Lachens**“- es steckt so viel mehr als *nur lustig* sein darinnen.

Ich freue mich auf dich

Anita Klein