



Europäischer Berufsverband für  
Lachyoga und Humortraining e.V.

## Ausbildung zum Lachtrainer, Übersicht

Die Ausbildung zum Lachtrainer beim Europäischen Berufsverband für Lachyoga und Humortraining e.V. erstreckt sich über 4 Module, die innerhalb eines Jahres absolviert werden können.

### Modul 1, Das Erlebnis Lachen, 2 Tage, 290 €

beinhaltet viel Praxis, um für sich einmal eine tiefe Erfahrung der Wirkung des Lachens auf uns selbst zu machen. Es gibt einiges an Hintergrundwissen, aber der Fokus liegt auf dem Erleben der Wirkung. Sie lernen viele Lachübungen kennen.

### Modul 2, Atemrhythmus und Entspannung, 2 Tage, 300 €

Wird von einem Atemtherapeuten und Lachtrainer gehalten. Sie erfahren die Vorgänge im Körper bei tiefer Atmung, das parasympatische Nervensystem, die Entspannung durch Gähnen und Dehnen, und der Lachstern.

### Modul 3, psychologische und physiologische Aspekte beim Lachtraining, 3 Tage, 450 €

Wie funktioniert das alles im Körper? Embodiment, neuronale Verknüpfungen, Stressabbau, was passiert da? Was tun in schwierigen Situationen?

Am dritten Tag wird die eigene Leitung einer Lachsession geübt.

### Modul 4, Prüfungsseminar mit Kameratraining, 3 Tage, 550 €

Die Kamera zeigt uns den Spiegel, wie wir vor der Gruppe stehen. Sie halten einen Kurzvortrag, Sie beantworten Reporterfragen, und Sie leiten eine Gruppe an.

Im Vorfeld gibt es eine theoretische Prüfung, die per email beantwortet wird.

Danach erhalten Sie das Zertifikat vom Europäischen Berufsverband für Lachyoga und Humortraining e.V., und sind berechtigt, wenn Sie auch Verbandsmitglied werden, das Modul 1 nach Verbandsrichtlinien zu unterrichten.

Die Ausbildung findet im Moment vorwiegend in München statt.

Modul 1 wird das ganze Jahr über angeboten, Modul 2, 3, und 4 aber nur einmal im Jahr im Herbst. Modul 1 wird auch vereinzelt von anderen Lachtrainern angeboten, deren Termine finden Sie unter den Trainerprofilen.

Für Verbandsmitglieder bieten wir auch die Teilnahme am Modul 1 als Co-Trainer unter Supervision an, um mehr Erfahrung in der Durchführung von Seminaren zu bekommen.

#### Preise:

Modul 1	290 €
Modul 2	300 €
Modul 3	450 €
Modul 4	550 €
	-----
Total	1590 €



Europäischer Berufsverband für  
Lachyoga und Humortraining e.V.

### Termine 2020:

Modul 1      25./26.01.2020  
                 14./15.03.2020  
                 23./24.05.2020  
                 29./30.08.2020  
                 17./18.10.2020  
                 05./06.12.2020

Modul 2      05./06.09.2020

Modul 3      23. - 25.10.2020

Modul 4      20. - 22.11.2020

Änderungen vorbehalten

Die genauen Beschreibungen finden Sie unter den links zu den einzelnen Seminaren.

## Fort- und Weiterbildung

### [Kameratraining und Improvisation](#)

Mit Brigitte Abels und Daniela Obermeir

22./23.02.2020 in München

Kursgebühr 390 €

### [Lachyoga Businesstrainer](#) in Firmen und Institutionen

Mit Angela Mecking

Wenn Sie vor haben in Firmen das Lachtraining als Stressmanagement anzubieten.

Professionelle Umsetzung von Lachyoga im beruflichen Umfeld. Weiterbildung Lachyoga als modernes Stressmanagement.

09./10. Mai 2020 in Krefeld;

Kursgebühr 320 €

### [Laughter Wellness](#) mit Sebastien Gendry aus Kalifornien

Zum wiederholten Mal konnten wir auch Sebastien Gendry aus Kalifornien gewinnen, sein speziell weiterentwickeltes Lachtraining [Laughter Wellness](#) Immersion exklusiv bei uns anzubieten

Laughter Wellness Immersion

01./02. August 2020 in München, Sa./So. 9:00 bis 17:30 h,

Kursgebühr 350 €



Europäischer Berufsverband für  
Lachyoga und Humortraining e.V.

**Laughter Wellness-5-Tage-Training** von 27.07. bis 31.07.2020

Mo./Di./Mi./Do. 9:00 bis 17:30 h, Fr. bis 16:00 h, in Erdweg/Petersberg

Kursgebühr 995 €, zzgl. Übernachtung EZ mit VP 495 €

Zum wiederholten Mal konnten wir auch Sebastien Gendry aus Kalifornien gewinnen, sein speziell weiterentwickeltes Lachtraining [Laughter Wellness](#) Immersion exklusiv bei uns anzubieten

**Lachtraining mit Senioren**

Mit Cornelia Leisch und Matthias Stürzer

07./08.11.2020 in München

Kursgebühr 300 €