

Ilsebyll Beutel-Spöri

Lachtrainerin
Ausbildung beim Europäischen Berufsverband für
Lachyoga und Humortraining

Lachlehrerin
Zertifizierung durch Dr. Kataria Laughter Yoga School



Sonntag 20. Februar 2022 10-11 Uhr

„Wer den Tag mit einem Lachen beginnt, hat bereits gewonnen.“

Lachen ist ansteckend, deshalb lachen wir gemeinsam.

**Die Elemente der Freude werden uns in dieser Trainingsstunde animieren:
Bewegen, Spielen, Singen, Tanzen, Lachen.**

**Durch Atmen, Strecken und Dehnen und einer kleinen Meditation kommen wir
zur Ruhe und spüren in uns und unser Lachzentrum hinein.**

Jubiläumslachen per Zoom -online- über den Link, den Ihr -wenn Ihr Interesse
signalisiert- beim Lachverband erhaltet: www.lachverband.org

Ich bin dabei! - Ihr auch?

Mit lachenden Grüßen

Ilsebyll Beutel - Spöri

www.kleines-spectaculum.de

