

## LachTermine in Freiburg – save the Date 2018

**Freiburger Lachclub seit 2002** mit Bärbel Hinz-Käfer, Humorcoach HumorCare D, Lachyogatrainerin (Certified Laughter Yoga Teacher Dr. Kataria), Dipl. Betriebsw., Doz., Marketingcoach

**Lachstunden montags ab 8.1.18 von 19 bis 20 Uhr in Freiburg.** Offene Lachstunde, Anmeldung nicht erforderlich. Eine Stunde Lachen befreit und entspannt, sorgt für gute Stimmung und Glücksgefühle. Lachyoga besteht aus Atem-, Entspannungs-, Klatsch und Lachübungen und wirkt in einer Gruppe unglaublich ansteckend.

WO: Habsburgerstr. 107a, 79104 Freiburg Carolushaus, Saal Friedrichsbrücke EG

WIE: Bequeme Kleidung, Sportkleidung nicht notwendig, Getränk – lachen macht durstig

WIE VIEL: Einzelstunde **11,11 €**, 10er Karte 101,11 €, Mitgliedschaft 12 Monate 15 € p. Monat

WANN: Lachstunden montags, 19-20 Uhr

**22.1. + 29.1. Gute Laune trotz Stress und Ärger.** Antiärger Strategien, Rezepte, Lachyoga

WO: Habsburgerstr. 107a, 79104 Freiburg Carolushaus, Saal Friedrichsbrücke EG

WANN: 19 bis 20 Uhr

WIE VIEL: Zwei Stunden 21 €

**3.2.18 VHS Freiburg von 9.30 – 11.00 Uhr Wir lachen uns gesund** - eine Einführung ins Lachyoga. 25€ inkl. Verpflegung. Für Kursleitende kostenfrei. Teilnahme für Interessierte möglich. Kurs 993.024 Anmeldung bis 28.1.18 VHS Freiburg, Tel. 0761 3689510, [info@vhs-freiburg.de](mailto:info@vhs-freiburg.de).

**12.3. + 19.3. Glückstraining.** Für Glückssucher und Glückskinder. Glückshormone gratis.

WO: Habsburgerstr. 107a, 79104 Freiburg Carolushaus, Saal Friedrichsbrücke EG

WANN: 19 bis 20 Uhr

WIE VIEL: Zwei Stunden 21 €

**24.3. + 25.3.2018 Ausbildung zum Lachyoga Trainer mit Dr. Kataria Zertifikat**

WANN: **Sa. 24. und So. 25.3.2018** Sa. 10 bis 16:30 Uhr, So. 9:30 bis 16 Uhr

WO: 79098 Freiburg, Kaiser-Joseph-Straße 268/Friedrichsbau-Passage, Anna von Gierke FORUM

WIE VIEL: **295 €** inkl. Seminarunterlagen, Obst, Snacks. **Frühbucher bis 31.1.18 zahlen 240 €.**

**24.3.2018 Wellnessstag mit Lachyoga – selten sooo gelacht!**

WANN: Sa. 24.3.2018 von 10 bis 16:30 Uhr, Mittagspause

WO: 79098 Freiburg, Kaiser-Joseph-Straße 268, Anna von Gierke FORUM

WIE VIEL: **145 €** inkl. Seminarunterlagen, Zertifikat, Obst, Snacks. Frühbucher bis 31.1.2018 116 €

**9.4., 16.4., 23.4. Hamsterrad Ade** – Strategien und Training für humorvolle Gelassenheit

WO: Habsburgerstr. 107a, 79104 Freiburg Carolushaus, Saal Friedrichsbrücke EG

WANN: 19 bis 20 Uhr

WIE VIEL: Drei Stunden 29,90 €

**6.6. 19:30 – 21 h Lachyoga VHS Freiburg.** Anmeldung bis 28.1.18 VHS Freiburg, Tel. 0761 3689510, [info@vhs-freiburg.de](mailto:info@vhs-freiburg.de).

**15.6.18 Lachyoga 50Plus 18 bis 20:30 h**

WO: Habsburgerstr. 107a, 79104 Freiburg, Carolushaus EG

WIE VIEL: 28 €

*Hinweis: Jede/r ist bei unseren Lachübungen für sich selbst verantwortlich. Insbesondere für das Totlachen, und für Körper- oder Sachschäden übernehmen wir keine Haftung. Schadensfälle sind uns seit 2002 nicht bekannt, hingegen massenweise Fälle von guter Laune, entspannter Leichtigkeit und euphorischer Stimmung.*

**Kontakt:** e-mail: [info@humor-lachen.de](mailto:info@humor-lachen.de), +49 (0)761-7059822 **Bärbel Hinz-Käfer**

**Termine, Informationen, Witziges:** [www.humor-lachen.de](http://www.humor-lachen.de)