



Malwerkstatt Ute Lorenz

Lachclub Rheinau

Herrenstr.27 77866 Rh.-Diersheim

Tel.(07844) 47640 Fax (07844) 911839

LACHTAGUNG 2009

4. - 5. Juli

Samstag, 4.7. 10.°° Uhr bis Sonntag, 5.7. 15.°° Uhr

LACHEN BEFLÜGELT

Durch regelmäßiges Training von Lachyoga verändert sich allmählich neben anderen gesundheitsfördernden Aspekten auch die Selbstwahrnehmung. Mit der konstruktiven Kraft des Lachens eröffnen sich dem Menschen neue Wege zur Lebensgestaltung; „verschüttete „ Fähigkeiten werden wieder freigelegt, verborgene Talente neu entdeckt .

Der Themenschwerpunkt der Tagung liegt im Austausch und der Praxis des Lachens ohne Grund, nach der Methode von Dr. Madan Kataria (Indien), der diese Übungen, aufbauend auf der Yoga-Tradition zu einer eigenständigen Methode entwickelte.

Darüber hinaus bietet die Tagung den Teilnehmern/-innen die Möglichkeit, sich über das „Alltägliche“ hinauszubewegen und dem persönlichen Innenleben Ausdrucksmöglichkeiten zu bieten, wie Singen, Tanzen, Malen, Rhythmik. Im Wechsel mit vielen Lachübungen, erheben diese Aktivitäten dem Einzelnen zur „Leichtigkeit des Seins“ und lässt sie/ihn auf den Flügeln der Fantasie aufschwingen zu ungeahnten Höhenflügen des Glücks.

Themenschwerpunkte:

- Praxisaustausch -Yoga-Lachen im Lachclub-Treff
- Yoga –Lachen in verschiedenen Gruppen und Institutionen (Kinder, alte Menschen, Krankenkassen, Berufsgruppen, Vereine, u.a.m.).
- Aktivitäten zur Steigerung der Ausdrucksfähigkeit
Singen, Tanzen, Malen, Rhythmik
- Gemeinschaftsprojekt: Lachskulptur-Lachen beflügelt
Bitte etwas „Wetterfestes“ mitbringen zu diesem Thema

Es ist sinnvoll, sich möglichst bald anzumelden, da in nächster Umgebung nur eine begrenzte Bettenanzahl zur Verfügung steht.

Vorschläge für Unterkünfte erfolgt durch den Lachclub Rheinau, Buchungen sind durch die Teilnehmer selbst vorzunehmen.

Die Liste der in Frage kommenden Hotels und Pensionen sind bei der Anmeldung beim Lachclub Rheinau zu erfragen. Kosten für die Veranstaltung incl. Verpflegung 50,- € pro Person sind am Ankunftsstag bar zu entrichten.

Mit fröhlichen Grüßen

Ute Lorenz Lachclub Rheinau