

Praxis für Hypnose-therapie und Lachyoga

Kurse, Workshops, Ausbildungen, Firmenseminare und Lachtherapie



*Lerne wieder zu
lachen!*

Fliederstr.6

31319 Sehnde- Dolgen

05138/6015924 oder 0177/1545328

gesundundfroehlich@gmail.com

www.gesund-und-froehlich.de





Lachclub Mehrum 2025



Lachen ohne Grund und für einen guten Zweck 😊



13 Jahre Lachclub Mehrum.



Wir treffen uns einmal monatlich, um mit der Methode Lachyoga die positiven Wirkungen des Lachens zu aktivieren. Dabei kannst du:

- 😊 Entspannung erfahren
- 😊 Lebensfreude tanken
- 😊 Hemmungen abbauen
- 😊 deinen Körper trainieren ... vor allem die Bauchmuskeln
- 😊 wieder mehr ins Fühlen kommen
- 😊 deinen Gedanken eine Pause gönnen
- 😊 u.v.m.

Anmeldung erwünscht! Bitte bring dir genügend zu **trinken**, eine **Isomatte oder Decke** und die **Bereitschaft** dich auf **Neues einzulassen** mit.

Termine:

Mittwochs

29. Jan.	26. Feb.	26. März	23. April
21. Mai	25. Juni	27. Aug.	24. Sep.
22. Okt.	26. Nov.		

Uhrzeit:

19:00 - 20:00 Uhr

Leitung:

Marion von Appen, Lachyogalehrerin

Preis:

9 € pro Teilnahme

Ort:

Es ist keine Mitgliedschaft erforderlich
**Dorfgemeinschaftshaus,
An der Sporthalle 6a, 31249 Mehrum**