

*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](http://www.lachverband.org)

Ich bin dabei! - Ihr auch?

Mit lachenden Grüßen

*Ilsebyll Beutel - Spöri*

[www.kleines-spectaculum.de](http://www.kleines-spectaculum.de)

