

Lachletter April 2017

1. Erfahrungsbericht Lachyoga – was machen die eigentlich?
2. Glücklich sein kann man trainieren Glücks- und Lachkurs ab 24.4.
3. Aktuelle Lachkurse in Freiburg – save the Date
4. Lustige Werbung

===== 1. Erfahrungsbericht Lachyoga – was machen die eigentlich? =====

Der Freiburger Lachclub hatte Besuch von einer Journalistin, die neugierig auf die Lachyogamethode war. Ihre Erfahrungen hat sie in einem Bericht zusammengefaßt. Vielen Lachyoga-Anfängern dürfte es ähnlich gehen, wenn sie sich zum ersten Mal mit dem „Lachen ohne Grund“ anstecken lassen. Die Übungen sind Körperarbeit, denn unsere Journalistin kam nach 60 Minuten ins Schwitzen. Außerdem werden Ängste, Stress und Spannungen abgebaut und der Weg für gute Laune frei gelacht.

Nachlesen können Sie den Artikel in der März-Ausgabe des Freiburger Herdern-Magazins oder online unter [www.zas-freiburg.de](http://www.zas-freiburg.de) auf Seite 12 und 13. Information online: [https://issuu.com/zas-freiburg/docs/20170318\\_herdern](https://issuu.com/zas-freiburg/docs/20170318_herdern)

===== 2. Glücklich sein kann man trainieren =====

Glück – das kann für jeden etwas anderes bedeuten. Die objektiven Lebensbedingungen sind nicht wirklich entscheidend für unser Glücksempfinden, vielmehr ist es der eigene Umgang mit den sich ändernden Lebensbedingungen und Problemen. Eine optimistische Einstellung hilft dabei, sich vom Pechvogel zum Glückspilz zu entwickeln. Das Erleben zahlreicher glücklicher Momente steigert ebenfalls unser Glücksgefühl. Mehr Tipps verschenken wir in dem neuen Glücks- und Lachkurs montags ab dem 24. April. Den Glücklichen schlägt eine Stunde: Beim Montags-LACHEN.

Wo geht's zum Glück? Kurs 4 Stunden montags ab 24.4. von 19 bis 20 Uhr in Freiburg: Habsburgerstr. 107a Information online: <http://humor-lachen.de/?p=1908>

===== 3. Aktuelle Lachkurse in Freiburg – save the Date =====

Ab 24.4. Wo geht's zum Glück? Lachkurs 4 Stunden. Den Glücklichen schlägt eine Stunde: Beim Montags-LACHEN

Ab 9.5. Mit Lachyoga Energie auftanken, 4mal dienstags in Bad Krozingen VHS Südlicher Breisgau mit Helga Wieland

Am 21. 9. – 15 Jahre Freiburger Lachclub, Donnerstag, 21. 9. von 18.00 bis ca. 19.30 Uhr, Habsburgerstr. 107a, 79104 Freiburg, Carolushaus

Am 7. + 8.10. Zertifizierte Ausbildung zum Lachyoga Trainer, 79098 Freiburg, Kaiser-Joseph-Straße 268

Am 7.10. Lachyoga-Erlebnistag – selten sooo gelacht!

Mehr Informationen zu aktuellen Lachterminen: <http://humor-lachen.de/?p=1896>

Lachstunden montags in Freiburg: Habsburgerstr. 107a, 79104 Freiburg, Carolushaus, Saal Friedrichsbrücke, Anmeldung nicht erforderlich.

Schnupperstunde 11,11 €, monatlicher Jahresbeitrag 15 €, Kontakt: [info@humor-lachen.de](mailto:info@humor-lachen.de)

Ostermontag kein Lachyoga!

===== 4. Lustige Werbung – nicht nur für April-Regenstunden =====

Die witzigsten Werbespots der Welt – Best of – mit Fritz Egner. Welcher Werbespot ist Ihr Favorit?

<https://www.youtube.com/watch?v=pd5Yw8tOuxM>

Bitte klicken Sie auf die Links zum Weiterlesen. Oder kopieren Sie den Link und geben ihn in das Fenster Ihres Browsers ein.

Ihre Freunde lachen auch gern? Empfehlen Sie uns weiter oder schicken Sie uns eine E-Mail Adresse, und Ihre Bekannten erhalten ebenfalls diesen Newsletter.

Lachletter april 2017

Ihre Adresse haben wir durch einen Kontakt erhalten. Sie können diesen Newsletter jederzeit abbestellen. Melden Sie sich bitte auf der Seite ab: <http://www.humor-lachen.de/newsletter.htm> oder schicken Sie uns ein E-Mail an [info@humor-lachen.de](mailto:info@humor-lachen.de) „Newsletter abmelden“

Anmelden unter: <http://www.humor-lachen.de/newsletter.htm>

=====  
Lachstunden und Lachkurse montags 19 bis 20 Uhr, St. Carolushaus EG,  
Habsburgerstr. 107a, 79104 Freiburg. Parkplätze vorhanden. Straßenbahnlinie 2.

Kontakt [info@humor-lachen.de](mailto:info@humor-lachen.de) Tel. 0761 7059820. Weitere Termine  
<http://www.humor-lachen.de/termine.htm>

=====  
Wir freuen uns auf Ihre Reaktion. Haben Sie Fragen, Wünsche, Anregungen zu  
diesem Newsletter oder einen Lieblingsswitz, wenden Sie sich bitte an

Bärbel Hinz-Käfer  
Freiburger Lachclub  
Bergstr. 40  
D-79194 Gundelfingen Freiburg

Telefon +49 (0)761 7059822  
Mobil 01520 1999410  
Fax +49 (0)761 7059821  
E-Mail: [info@humor-lachen.de](mailto:info@humor-lachen.de)  
Internet: [www.humor-lachen.de](http://www.humor-lachen.de)