

LACHYOGA

Lachyoga hat wenig mit Yoga aber viel mit Lachen zu tun!

Lachyoga verhilft zu einer positiven Ausstrahlung, zu mehr Lebensfreude und zu einem leichteren, freieren Leben. Es fördert den Abbau von Druck und Stress.

Lachyoga stellt die Verbindung zum eigenen Körper wieder her, stärkt das Immunsystem, und beugt Herz- und Kreislauferkrankungen vor

Lachen ist gesund und vor allem:

ES MACHT SPASS 😊 😊 😊 !!!

Lachen verbindet die Menschen! Lass uns miteinander lachen! 😊
Bist du dabei?



Michela Föger aus Schwaz über sich selbst:

„Dankbarkeit und Lebensfreude sind die Stützpfeiler, die mich tragen. Ich habe Höhen und Tiefen im Leben kennen gelernt - dabei meinen Humor zu bewahren, war ein großes Geschenk, das ich mit dem Lachyoga weiter geben möchte.“

Meine Ausbildungen zur Manoo-Energetikerin und Entspannungstrainerin haben mich gelehrt, dass es außerhalb von meinem Wissen noch viel mehr Möglichkeiten gibt. Alles, was ich weiß und an Erfahrungen angesammelt habe, gebe ich gerne weiter, um jeden seine Selbstverantwortung zu ermöglichen. Jeder Mensch ist etwas Besonderes und hat Kräfte in sich, die es zu erkunden und freizulegen gilt...“

jeden ersten Mittwoch im Monat um 19 Uhr

(ab 4.12.2019, weitere Termine 2020: 8.1. / 5.2. / 4.3. / 1.4. / 6.5. / 3.6. / 1.7.)

Kosten: € 15,-- pro Abend und Person

Anmeldung: Michela Föger, 6130 Schwaz, michela.foeger@hotmail.com oder tel. **0680-2409781**

ORT:

**Raum für Kunst,
Entspannung & Entfaltung**



6130 Schwaz, Franz-Josef-Str. 15