

## **Ausbildung zum/zur zertifizierten Lachyogaleiter\*in am 20.09. – 20.09.2020 in Erfurt**



**Tag 1: von 9:00 bis 17:00 Uhr und Tag 2 von 9:00 bis 17:00 Uhr  
Ort: Yoga Vidya, Inhaberin Renate Weidemann, Eichenstraße 8 in 99084 Erfurt**

### **2-tägiges Intensivseminar für die Ausbildung zum zertifizierten Lachyogaleiter (CLYL).**

Diese Ausbildung zum zertifizierten Lachyogaleiter ist eine wundervolle Möglichkeit, diese Sportart und Entspannungstechnik kennenzulernen und anschließend selber Lachyoga anzubieten. Mit Herz und Kompetenz, Spaß und einer gehörigen Portion Humor vermittele ich Theorie und Praxis zu den Themen Lachen und Lachyoga. Dabei orientiere ich mich an den Richtlinien der "Laughter Yoga International University" (Dr. Madan Kataria).

In diesem Grundlagentraining wird vermittelt, wie eine Lachyogastunde in Lachclubs, in Firmen, für Kinder und Senioren oder Menschen mit besonderen Bedürfnissen durchgeführt wird. Du erwirbst grundlegende Fähigkeiten, wie du durch eine Lachyogastunde und eine Lachmeditation führst. Du erfährst viel Wissenswertes über die Kraft des Lachens, über die Geschichte, das Konzept, die Philosophie und die einzelnen Schritte des Lachyogas und der Lachmeditation.

Man kann die Ausbildung zum eigenen Vergnügen machen, einfach viel lachen und sein Wissen erweitern. Aber sie bildet auch die Basis, um einen Lachclub zu gründen, Lachyoga-Seminare anzubieten oder Elemente der Methode in die eigene Arbeit zu integrieren.

In der Ausbildungsgebühr sind sehr umfangreiche Unterlagen und Medien enthalten! Nach dem erfolgreichen Abschluss erhält jeder Teilnehmer ein Zertifikat der "Laughter Yoga International University" und ist damit offiziell zertifizierter Lachyoga-Leiter (CLYL).

## Inhalte:

- Hintergrundwissen zum Lachyoga
- Positive Wirkung des Lachens
- Grundtechniken und Grundprinzipien von Lachyoga
- Vorstellen von bewährten und neuen Lachübungen
- mögliche Einsatzgebiete von Lachyoga
- Lachyoga für sich selbst
- Aufbau eines Lachtrainings
- Anleitung von Lachyoga-Übungen
- Gründung eines Lachclubs
- Werbung und Administration
- Viel Spaß, Bewegung, Singen, Spielen und Lachen
- Atem- und Entspannungsübungen

Die Ausbildung umfasst nur ein Wochenende. Jeder Termin ist ein in sich abgeschlossenes Ausbildungswochenende. Unter Umständen kannst du 50% der Ausbildung durch eine Bildungsprämie finanzieren und so deinen Eigenanteil erheblich reduzieren. Nähere Informationen gibt es unter [www.bildungspraemie.info](http://www.bildungspraemie.info).

Gebühr: 295,00 € inklusive Unterlagen

265,00 € für Frühbucher (Anmeldung und Bezahlung bis 08.08.2020)

147,50 € für Wiederholer\*innen meiner Ausbildung und ebenso für

Wiederholer\*innen bei Nachweis des Ausbildungszertifikates

Stornobedingungen: Es ist eine kostenlose Stornierung bis zu drei Tagen nach Erhalt der Anmeldebestätigung möglich. Bei einer frühzeitigen Stornierung (mehr als vier Wochen vor dem Termin) berechne ich 40 €, danach 90 €, falls keine Ersatzperson gestellt werden kann. Die restliche Gebühr wird erstattet.



Ich bin **Kerstin Sauerbrey, zertifizierte Lachyogalehrerin (CLYT)** und seit 3 Jahren erfolgreich mit dem Unternehmen „Lachen mit und ohne Grund“ unterwegs. Ich habe das „Lachend in den Tag“-Programm kreiert, mit dem man auch alleine lachen kann und ich experimentiere gerne. Dabei wage ich mich auch in ungewöhnliche Felder, wie das Kinderhospiz. Ich habe bereits mit Schwangeren und mit Sterbenden gelacht und ich bin Expertin für das Lachen mit Kindern.

*Kontakt: Tel.: 03628/5153327 / Handy: 0157/37606349*

*E-Mail: [alle@lachen-mit-kerstin.de](mailto:alle@lachen-mit-kerstin.de)*

*Webseite: [lachen-mit-kerstin.de](http://lachen-mit-kerstin.de)*