

Lach-Yoga in Neuss immer beliebter!

Der erste Lachtreff in Neuss feiert den zweiten Geburtstag.

Am Dienstag, 9. Februar 2010 feiert der erste Lachtreff in Neuss den zweiten Geburtstag. Interessierte sind hierzu in den Seminarraum des Vereins "Einfach gesund leben eV" auf der Weingartstrasse 41 eingeladen.

Mit Lachyoga und Spaß, einer Tombola und Überraschungsgästen wird dieses Ereignis gefeiert. Der Erlös dieses Abends geht an die Kita "Zapageck" in Kaarst, in der die Veranstalterin, Lach-Yoga Trainerin Gisela Dombrowsky ehrenamtlich tätig ist.

Alle 14 Tage hallt ein Kichern, Giggeln und Prusten abends durch den Seminarraum des Vereins mit Menschen, die sich vom Alltagsstress erholen und entspannen möchten. Unter Anleitung von Frau Dombrowsky erfahren sie dort die positiven Wirkungen der Lachübungen, die von Dr. Madan Kataria, einem indischen Arzt entwickelt wurden.

Mittlerweile treffen sich tausende von Menschen täglich in Bombay und vielen anderen Städten der Welt um gemeinsam zu lachen. Die Übungen sind leicht erlernbar und können jederzeit im Alltag angewendet werden.

Ab Februar 2010 wird es erstmalig in Neuss ein Eltern-Kinder- Lachyoga-Seminar geben. Beim gemeinsamen Lachen lernen die Erwachsenen von ihren Kindern, denn die können sich noch "kugeln" vor Lachen. Die Kinder erleben ihre Eltern entspannter und fröhlicher. Dies stärkt die Beziehung und das kreative Miteinander.

Unter "www.mit-lachen-zum-erfolg.de" können sich Interessierte über den Lachtreff in Neuss und das Eltern-Kinder Seminar informieren.

Neuss, 31. Januar 2010

Gisela Dombrowsky

Lach-Yoga-Lehrerin

Benzstr. 10

41462 Neuss

02131-959891

g.dombrowsky@arcor.de

www.mit-lachen-zum-erfolg.de