

„Lach Dich gesund!“

Samstag, 24. Mai 2025, 14 Uhr

**Treffpunkt: Landesgartenschaugelände
Kronach / Plessiturm**



KC/hän

Lachen entspannt Muskeln und Geist. Durch gezieltes Lachtraining wird die Atmung aktiviert, Stresshormone abgebaut und Glückshormone ausgeschüttet.

Unter fachkundiger Anleitung von Lachyoga-Trainerin Eva Schreiber-Dümlein erlernen wir gesteuertes Lachen mit all seinen positiven Wirkungen, das garantiert in spontanes, herzliches Gelächter übergehen wird!

Mit diesem Angebot möchte „Gemeinsam gegen Krebs e.V.“ Interessierte animieren, diese Methode unverbindlich kennenzulernen und für das eigene Wohlbefinden zu nutzen.

Kommen darf Jede/Jeder, auch Nichtmitglieder.

Die Gebühren übernimmt der Verein. Wer einen Obolus geben möchte, darf dies gerne tun.

Ihr

„Gemeinsam gegen Krebs e.V. Kronach“

