

Jeden
Mittwoch
von 13:00 bis
13:30 Uhr

NEU!

DER WAHRSCHEINLICH
GLÜCKLICHSTE
PODCAST
ALLER ZEITEN!



LACHYOGA- MITTAGSTISCH

Lecker Zoomen

Wichtige und interessante Informationen
frisch auf den Tisch! Von Lachyogis für
Lachyogis und alle Interessierten. Ihr seid
herzlich willkommen, erst beim kosten-
losen Live Zoom-Meeting dabei zu sein
oder später den Podcast dazu anzuhören.

Jetzt Reinhören!

www.lyud.de/de/lachyoga-mittagstisch.html

Volume 41
Lachyoga-Mittagstisch

LY-Kongress



Kopfsalat:

Dozent:innen des Online-Lachyoga-Kongresses

Wie ist das mit dem Lachyoga-Kongress?

Alle 2 Jahre findet eigentlich der Lachyoga-Kongress statt. Von Gabriela Leppelt-Rommel organisiert treffen sich Lachyogis aus dem ganzen deutschsprachigen Raum (2017 sogar aus der ganzen Welt) und lauschen spannenden Vorträgen, besuchen Workshops von herausragenden Dozent:innen, lachen, tanzen, spielen, entspannen. Es ist Weiterbildung in heiterer Atmosphäre, und trägt einen großen Beitrag dazu bei, dass Lachyoga in Deutschland sich zunehmend professioneller aufstellt.

2017 war das Motto des Kongresses „Expedition ins Lachland“. Gabriela holte sich mit Michael Stork und Sandra Mandl Unterstützung bei der Organisation und der Kongress, der in Bad Meinberg stattfand, eroberte das Lachland. Dr. Rosina Sonnenschmidt eröffnete den Kongress und brachte Übungen („Arthrose-Ex“) in die Lachwelt, die immer noch regelmäßig in den Lachsessions angeleitet werden. Es gab 80 Workshops, von den strahlenden Oasen der Lebensfreude, über Horizonte der Verbindungen und des Lachens, bis zum Land der dunklen Schatten. Über Lachflüsse und Meditationsmeere segelten wir, mit Lachsternen, die uns leiteten und immer noch leiten.

Jeden
Mittwoch
von 13:00 bis
13:30 Uhr

NEU!

DER WAHRSCHEINLICH
GLÜCKLICHSTE
PODCAST
ALLER ZEITEN!



LACHYOGA- MITTAGSTISCH

Lecker Zoomen

Wichtige und interessante Informationen
frisch auf den Tisch! Von Lachyogis für
Lachyogis und alle Interessierten. Ihr seid
herzlich willkommen, erst beim kosten-
losen Live Zoom-Meeting dabei zu sein
oder später den Podcast dazu anzuhören.

Jetzt Reinhören!

www.lyud.de/de/lachyoga-mittagstisch.html

Volume 41
Lachyoga-Mittagstisch

LY-Kongress

Den nächsten Lachyoga-Kongress planten Sandra und Gabriela für Juli 2021. Ziemlich bald wurde dieser Termin sehr durcheinandergewirbelt, mit Regelungen und Maßnahmen zu Corona wurde klar, dass ein Kongress nicht möglich sein würde. Fortbildungsveranstaltungen jedoch waren erlaubt. So steckten Gabriela und Sandra ihre Köpfe zusammen, und heckten ein neues Konzept aus: Eine Lachyoga-Fortbildungsveranstaltung, das Studium Generale LYU sollte es werden.

Wie das geplant war, dazu gibt es den Lachyoga-Mittagstisch #17 „Happy Uni“. Weil es zu wenig Anmeldungen gab, wurde der Termin auf den 1.-3. April 2022 verschoben, in der Hoffnung, dass bis dahin die Angebote vor Ort auch wieder mehr angenommen werden und keine Sorge wegen einer Ansteckung mehr herrscht.

Nun hat sich die Lage in den letzten Wochen wieder geändert und nach einigem Überlegen, von allen Seiten betrachten, Diskussionen, und Lachen fällten Gabriela und Sandra die Entscheidung, den Kongress im April zu einer Online-Veranstaltung zu machen. Kein Studium Generale LYU, sondern ein Lachyoga-Kongress, und zwar online. Das ganze Wissen, dass wir in den Monaten der Pandemie sammelten, floss in die Überlegungen ein, und heraus kam ein Konzept für einen Online-Lachyoga-Kongress. Beim Lachyoga-Mittagstisch wurde dieses Konzept „brandneu“ vorgestellt, keine 3 Tage, nachdem es beschlossen wurde.

ACHTSAM LACHEN LERNEN

01.04. – 02.04.2022

Zwei Tage voller Lachen, Inspirationen, Wissen, mit:

- dem Begründer von Lachyoga, Dr. Madan Kataria
- über 20 Einheiten hochkarätiger Impuls-Vorträge
- Meditationen und zahllose Lachyoga-Übungen
- Laughter Dance, Musik, Clownerie u.v.m.

Weitere Infos und Anmeldung: www.lyud.de



ONLINE-LACHYOGA-KONGRESS



Jeden
Mittwoch
von 13:00 bis
13:30 Uhr

NEU!

DER WAHRSCHEINLICH
GLÜCKLICHSTE
PODCAST
ALLER ZEITEN!



LACHYOGA- MITTAGSTISCH

Lecker Zoomen

Wichtige und interessante Informationen
frisch auf den Tisch! Von Lachyogis für
Lachyogis und alle Interessierten. Ihr seid
herzlich willkommen, erst beim kosten-
losen Live Zoom-Meeting dabei zu sein
oder später den Podcast dazu anzuhören.

Jetzt Reinhören!

www.lyud.de/de/lachyoga-mittagstisch.html

Volume 41
Lachyoga-Mittagstisch

LY-Kongress

Hier eine Übersicht:

WANN FINDET DER ONLINE-LACHYOGA-KONGRESS STATT:

Der Online-Lachyoga-Kongress findet statt vom 01.–02. April 2022. Es beginnt am Freitag, den 01.04. um 15 Uhr und geht bis Samstag, 02.04. um 19 oder 20 Uhr. Außerdem werden Aufnahmen noch den Sonntag zur Verfügung stehen, so dass alles nachgehört und nachgeschaut werden kann.

WAS ERWARTET MICH BEIM ONLINE-LACHYOGA-KONGRESS:

Die Dozent:innen sind auf der Seite <https://www.lyud.de/de/programm/speaker.html> zu finden. Dabei sind alle Dozent:innen, die auch beim Studium Generale LYU dabei gewesen wären und einige zusätzliche Gesichter. Die Vorträge und Workshops gehen jeweils 25 min, und sind angereichert mit Übungen, Bewegung und viel Abwechslung. Das Programm reicht von neusten wissenschaftlichen Erkenntnissen über Lachyoga über Lachyoga und Kreativität, Achtsamkeit, verwandte Gebiete wie Clownerie, Klang, Tanz zu Bewegung und Atmung – und vieles mehr. Achtsam Lachen Lernen – das ist auch online das Motto.

WAS KOSTET DER ONLINE-LACHYOGA-KONGRESS:

Der Online-Lachyoga-Kongress kostet 195 €.

WAS BEINHALTET DER PREIS:

- ➔ Ein wunderschönes Teilnehmer:innenzertifikat
- ➔ 24 Stunden im Anschluss die Möglichkeit, alles nochmal anzuschauen
- ➔ Skript von allen Vorträgen zum vertiefenden Nachlesen
- ➔ Eventuell Preisreduktion für weiterführende Workshops der Dozent:innen

WAS GIBT ES AN WEITEREN VERANSTALTUNGEN DAZU:

Online-Seminar von Dr. Madan Kataria

01.04.2022 von 9 Uhr – 12 Uhr: „Lachyoga – Herausforderungen und Chancen“

Seminargebühr: 100 €

Lachyoga-Lehrer:innen-Ausbildung

27.03.-31.03.2022: Zertifizierte Lachyoga-Lehrer:innen-Ausbildung

Ausbildungsgebühr: 1.050 € / Wiederholer:innen: 380 €

Für Frühbucherrabatt und Kombipreise schaut gern auf die Homepage: <https://www.lyud.de/de/preise.html>

Jeden
Mittwoch
von 13:00 bis
13:30 Uhr

NEU!

DER WAHRSCHEINLICH
GLÜCKLICHSTE
PODCAST
ALLER ZEITEN!



LACHYOGA- MITTAGSTISCH

Lecker Zoomen

Wichtige und interessante Informationen
frisch auf den Tisch! Von Lachyogis für
Lachyogis und alle Interessierten. Ihr seid
herzlich willkommen, erst beim kosten-
losen **Live Zoom-Meeting** dabei zu sein
oder später den **Podcast** dazu anzuhören.

Jetzt Reinhören!

www.lyud.de/de/lachyoga-mittagstisch.html

Volume 41
Lachyoga-Mittagstisch

LY-Kongress

Links:

Link zum LY-Mittagstisch

→ <https://www.lyud.de/de/lachyoga-mittagstisch.html>

Link zum Lachyoga-Kongress

→ <https://www.lyud.de/>

Link zum LY-Mittagstisch zum Lachyoga-Kongress 2022

→ <https://www.lyud.de/de/lachyoga-mittagstisch/details/41-happy-kongress.html>

Workshops

→ <https://www.lyud.de/de/programm/workshops.html>

Infos zur Lachyoga-Lehrer:innen-Ausbildung

→ <https://www.lyud.de/de/lachyoga-lehrer-innen-ausbildung.html>

Die Dozent:innen

→ <https://www.lyud.de/de/programm/speaker.html>

Anmeldung zum Online-Lachyoga-Kongress, Seminar von Madan Kataria und/oder Lachyoga-
Lehrer:innen-Ausbildung

→ <https://www.lyud.de/de/anmeldung.html>

Zeitplan des Online-Lachyoga-Kongresses

→ https://www.lyud.de/files/downloads/Zeitplan_Online-Lachyoga-Kongress.pdf
(als PDF, !große Datei!)

→ https://www.lyud.de/files/motive/allgemein/Zeitplan_Freitag.jpg (Freitag)

→ https://www.lyud.de/files/motive/allgemein/Zeitplan_Samstag.jpg (Samstag)

Buchempfehlung von Gabriela über die Feiertage

Prof. Dr. Hendrick Streeck: Unser Immunsystem

→ https://www.fairbuch.de/shop/article/45513901/hendrik_streeck_unser_immunsystem.html