Lachyoga beim TuS Weddinghofen

Alle Mitglieder des TuS Weddinghofen sind am kommenden Freitag, 18. Dezember, in der Zeit von 17.00 – 18.00 Uhr zu einer Stunde Lachyoga in die Turnhalle der Pfalzschule eingeladen. Lachyoga ist ein einzigartiges Gute-Laune-Training für Körper, Geist und Seele. Dafür brauchst es keinen Witz, Comedy oder Humor. Im Vordergrund steht zum Anfang : „Fake it until you make it“ (Frei übersetzt: Wir tun so, als ob wir lachen). Wer Lust hat den Alltag hinter sich zu lassen ist herzlich eingeladen.
Um Anmeldung wird gebeten, unter info@stephaniebierkamper.de oder 02307-3623172. Die Stunde findet ab einer Mindestteilnehmerzahl von 10 Leuten statt.