

Loslachen

## Lach-(Hasya)Yoga – ein Weg zu heiterer Gelassenheit

Lachen ist die fröhlichste und günstigste Gesundheitsvorsorge. Lachen entspannt, stärkt das Immunsystem, aktiviert die Atmung, setzt Glückshormone frei, stärkt Herz und Kreislauf, ist ein Weg zu Frieden ... und LACHEN macht Spaß!

*Ursula Lucie Hausting*

*Samstag, 18.02.2012, 13.00 h – 16.00 h, Volkshochschule Eschwege, Kosten: 15,- €*



Anmeldung/Informationen:

Gleichstellungsbüro Werra-Meißner-Kreis, Schlossplatz 1, 37269 Eschwege

Tel. 05651 302-3170, Fax 05651 302-3179, [thekla.rotermund-capar@werra-meissner-kreis.de](mailto:thekla.rotermund-capar@werra-meissner-kreis.de)