

LACHCLUB BASEL



Lachen ist gesund!
Entdecke die Kraft des Lachens

Leitung: Barbara Hatt

Lachen ist Ausdruck von Lebensfreude, aber auch wie Joggen: Wenn wir regelmässig trainieren, ist der Erfolg da:

Unsere Lebensenergie wird gestärkt, unser Stress wird reduziert, Glückshormone werden produziert etc. Ausserdem hat Lachen erst noch den erfreulichen Nebeneffekt einer verjüngenden Wirkung!

Offenes Lachen (wieder ab 11.8.2003)

- Wann:** Jeden Montag 18.18 – 19.19 Uhr
(ausser Feiertage u. Sommerferien)
- Wo:** Peter Merian-Str. 32, Basel
(Gartensaal)
- Wieviel:** Fr. 15.--/Abend in bar
(inkl. Theorie, Yoga-Dehn-, Atem-
und Entspannungsübungen)
Fr. 95.- im 7er Abonnement
- Mitbringen:** ein Lächeln..., bequeme Kleider
- Vorkenntnisse:** keine
- Auskunft:** Barbara Hatt
Yogalehrerin, Lachtrainerin und
Tanzpädagogin
Fon + Fax 061 761 43 42
Natel: 079-215 20 87
Mail: bhatt@gmx.ch

Mit der Unterstützung von

