

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 17
Lachyoga-Mittagstisch

Happy Uni

*Die Lachyoga-Community - läuft, watschelt, tapst, mit Hihhi
Ganz achtsam lauschen sie dem Wort - am wohlbekanntem Yoga-Ort
Studieren, lachen, freuen sich - über den einzigartigen Unterricht
ganz neu erschaffen und erdacht - wird hier studiert, getanzt, gelacht.
Diesen Schritt ganz wunderbar - begleitet vom Spirit des Dr. Kataria
(Gedicht, spontan entstanden nach dem Lachyoga-Mittagstisch)*

ACHTSAM LACHEN LERNEN
02.07. – 04.07.2021
Ort: Yoga Vidya, Horn-Bad Meinberg

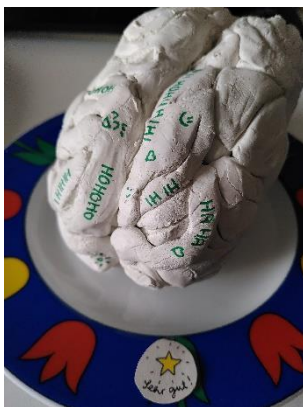
Das „Pinguin-Lachen“ ist eine der beliebtesten Lachyoga-Übungen. Viele weitere erwarten dich beim Studium Generale LYU©. Schöpfe aus dem wahrscheinlich heitersten Lernangebot der Welt.

Werde Lachyoga Assistent nach Dr. Kataria!
www.lyud.de

LACHYOGA UNIVERSITY
DEUTSCHLAND

STUDIUM GENERALE LYU

Beim 17. Lachyoga-Mittagstisch haben Gabriela und Sandra Fragen zum Studium Generale LYU© beantwortet. Die Zusammenstellung der Fragen und Antworten, die auch beim Lachyoga-Mittagstisch Thema waren, findest du hier: https://www.lyud.de/files/downloads/SGLYU_Infos.pdf



Happy Brain

Beim Studium Generale LYU©, einer Lachyoga-Fortbildung vom 2.-4. Juli 2021 bei Yoga Vidya, Horn-Bad-Meinberg wird das Motto: „Achtsam Lachen Lernen“ sein. Das Lernen bekommt einen besonderen Fokus, durchwoben von Lachen, Leichtigkeit, Freude – und Achtsamkeit.

Informationen dazu findest du auf der [Homepage](#) dazu. In diesem PDF möchten wir einfach ein paar Impressionen aus dem LY-Mittagstisch und Links teilen.

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 17 Lachyoga-Mittagstisch

Happy Uni

Aussprache-/Bewegungs- und Lachübung für „Studium Generale LYU©“

1. „Studium“ mit gleichzeitigem In-Die-Hände-Patschen
2. „Generale“ mit gleichzeitigem In-Die-Hande-Patschen
3. „LYU“ sagen mit den Bewegungen:

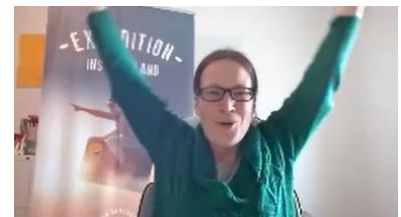
3.1 „L“ formen, ungefähr so:



3.2. „Y“ formen, ungefähr so:



3.3. „U“ formen, ungefähr so:



4. Lachen



Wortakrobatik

5 Studienfelder sind es geworden



1. Lachyoga und Achtsamkeit
2. Lachyoga und Soziales/Gemeinschaft/Öffentlichkeit
3. Lachyoga und Interdisziplinäres
4. Lachyoga und Wissenschaftliches
5. Lachyoga und Bewegung/Atmung/Sport

Weitere Infos dazu: <https://www.lyud.de/de/programm.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.

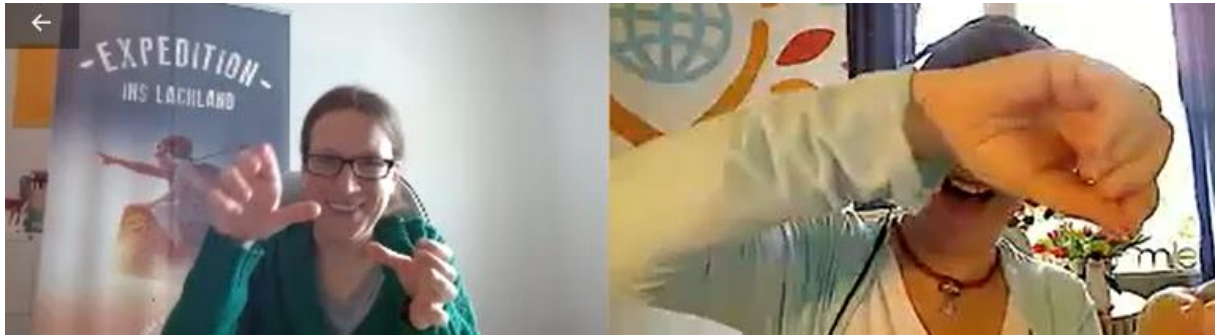
Jetzt Reinhören!

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

Volume 17
Lachyoga-Mittagstisch

Happy Uni

Das Lach-Labor – „Give it a try“



Geköchelt, geplant, verworfen, neu geplant, gemischt, sortiert, gesponnen, gelacht haben die beiden Organisatorinnen. Um die Expedition ins Lachland weiterzuführen und in diesem Jahr ein neues Konzept zu präsentieren.

Impressionen aus dem Lachyoga-Mittagstisch





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

Volume 17
Lachyoga-Mittagstisch

Happy Uni

Links:

Link zum Studium Generale LYU©

→ <https://www.lyud.de>

Link zum LY-Mittagstisch

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

Link zum LY-Mittagstisch-FAQ „Happy Uni“

→ <https://www.lyud.de/de/lachyoga-mittagstisch/details/16-happy-uni.html>

Häufige Fragen (FAQ)

→ <https://www.lyud.de/de/uebersicht/haeufige-fragen-faq.html>

Corona-Konzept

→ https://www.lyud.de/files/downloads/Archiv%20Lachyoga-Mittagstisch/Corona_LY-Konzept%2002.21.pdf

Link „Zum Tod Lachen“ von Kerstin Spoer (wurde zu Beginn des LY-Mittagstisch vorgestellt)

→ <https://www.zumtodlachen.de/>