

## **Lachyoga-Netzwerktreffen 2018 – viele engagierte Lachyogis, tolle Inspirationen**

Schon zum vierten Mal hat vom 29. Juni bis 1. Juli das "Lachyoga Connect: Netzwerktreffen der Lachyogis" in Bad Meinberg statt gefunden. Über 80 Lachyogis waren dabei, von "alten Hasen" bis hin zu frisch gebackenen Lachyogaleiter/innen.

Ziel des Netzkwertreffens ist es, eine Plattform für den Austausch zu schaffen, neue Übungen und Anregungen für die Praxis zu sammeln und natürlich gemeinsam viel zu lachen und Spaß zu haben. Das ist auch diesmal gelungen. So stand Lachen, Singen, Spielen und Tanzen auf dem Programm, aber es wurde auch gearbeitet. Neben einigen vorab beschlossenen Themen hatte jede/r per Abstimmung die Möglichkeit, die Themen auszuwählen, die für ihn / sie relevant sind.

Im Rahmen der Arbeitsgruppe "Lachyoga Kongress 2019" wurden schon jetzt tolle Ideen für die Umsetzung gesammelt. Weiterhin wurde unter dem Titel "Lachyoga 3.0" darüber diskutiert, wie es weiter gehen kann mit der Lachyoga-Bewegung und wie wir uns noch professioneller aufstellen können. Hervorzuheben ist auch das Projekt "Lachyoga-Übungsdatenbank", das aus dem vorherigen Netzwerktreffen hervorging und bereits Formen angenommen hat. Auch die weiteren Themen lagen den meisten sehr am Herzen: Wie sollten wir künftige Lachyoga-Veranstaltungen organisieren? Wie können wir Lachyoga langfristig in Institutionen (Schulen, Betrieben etc.) verankern, als Methode bei Burnout einsetzen oder mit Psychiatrie-Erfahrenen anwenden? Wichtig war zudem die Frage, warum das Interesse an Lachyoga oft nicht dauerhaft gehalten werden kann. Weiterhin kam die Idee auf, "emotionale Geschichten" von Menschen zu sammeln, die mit Lachyoga lebensverändernde Erfahrungen gemacht haben.

Doch wurden nicht nur neue Themen definiert, sondern auch Ergebnisse der bisherigen Arbeit vorgestellt. So sind Leitfäden entstanden, die jede/r Lachyogaleiter/in oder –lehrer/in anfordern kann – unter anderem zu Lachyoga im Business Bereich und Lachyoga im klinischen Bereich. Hierzu wird es außerdem Arbeitsgruppen geben, die bis zum nächsten "Connect" an diesen Themen weiterarbeiten werden.

Highlights des Treffens war auch eine Skype-Konferenz mit Dr. Madan Kataria. Er betonte, wie wichtig solche Netzwerktreffen für die Lachyoga-Community sind und dass Deutschland hier weltweites Vorbild ist. Da die Lachyoga-Bewegung derzeit stark wächst, sei es Priorität, die Lachyoga-Gemeinschaft zu stärken und sich gut aufzustellen in allen Themenbereichen. Dabei möchte er uns unterstützen, zum Beispiel mit einer "Deutschland-Tournee", auf der er Lachclubs besuchen und sich mit Lachyoga-Aktiven austauschen wird.

Last but not least durfte eine "Talentshow" am Samstag Abend nicht fehlen, auf der mit Musik, Gedichten, Spielen und Tanzen ein buntes, abwechslungsreiches Programm geboten wurde.

Wir sind davon überzeugt, dass die Teilnehmer/innen dieses Netzwerktreffens nun mit neuer Motivation und Qualität den Spirit des Lachyoga weiter verbreiten und zu noch mehr Glück, Gesundheit und Frieden beitragen werden.

Wer nicht dabei sein konnte, hat die Möglichkeit, die Informationen und Ergebnisse dazu anzufordern. Nächstes Treffen ist vom 5.-7. Juli 2019 im Haus Ebersberg, Bad Zwesten. Das Netzwerktreffen wird jährlich von den Lachyoga Master Trainern Angela Mecking, Gabriela Leppelt-Rommel, Gisela Dombrowsky und Egbert Griebeling organisiert.

Angela Mecking, 13.07.2018

**Kontakt und Ansprechpartner/innen:**

Gabriela Leppelt-Rommel, [info@yogilachen.de](mailto:info@yogilachen.de) - Ergebnisse Connect 2018, Organisation Lachyoga-Kongress 2019

Angela Mecking, [info@lachen-verbindet.de](mailto:info@lachen-verbindet.de) – Arbeitsgruppe Business

Gisela Dombrowsky, [info@mit-lachen-zum-erfolg.de](mailto:info@mit-lachen-zum-erfolg.de) – Thema Kinder und Senioren

Egbert Griebeling, [info@lachyoga-sonne.de](mailto:info@lachyoga-sonne.de) – Arbeitsgruppe Lachyoga im klinischen Bereich