

## 20 YEARS LAUGH FOR NO REASON

„Lachyoga rockt“, scherzt Dr. Madan Kataria, der Erfinder der Methode, und lacht ganz ungeniert. 20 Jahre Lachyoga – das ist ein Grund zum Feiern! Vom 27. Februar bis zum 1. März 2015 werden die TeilnehmerInnen des Lachyoga-Kongresses Gläser randvoll mit Lachen erheben und ungezählte Male mit „Mango-Lassi“ anstoßen und mit jubelnden „Jackpot-Lachern“ garnieren. Die Erfinder von Lachyoga, Madhuri Ma und Dr. Madan Kataria, haben der Welt das befreite Lachen geschenkt.

Während die Weltwirtschaft schwächelt, boomen die LACHCLUBS, nicht nur deutschland-, sondern weltweit. Mehr und mehr Menschen wollen Face to Face im offline Modus miteinander lachen. Sie sagen „Ja“ zum heitersten Weg für Gesundheit und Lebensfreude. Die Prophezeiung Dr. Katarias „All your pain will become champagne, if you learn to laugh for no reason“, hat sich für zigtausende Menschen erfüllt.

Die Idee zum Lachyoga entstand am 13. März 1995. Heute gibt es bereits 6000 non-Profit Lachclubs in über 70 Ländern. Madhuri Ma, seine Frau, gab die entscheidenden Impulse für den Bezug zu Yoga. Der erste Lachclub außerhalb Indiens wurde in Deutschland gegründet, was auf die Initiative von Michael Berger, dem Gründer des „Harlekinäums“ in Wiesbaden, einem weltweit einmaligen Humormuseum, zurück geht.

Lachyoga sorgt nicht nur für ein fröhliches Gemüt und ein entspanntes Miteinander, sondern auch für Sauerstoff-gesättigte Zellen. Lachen setzt Selbstheilungskräfte in Gang und baut Stress ab. Genau das, was die Welt braucht, denn das heilsame, aus dem Bauch kommende Lachen, ist auf dem Rückzug. Stressbedingte Erkrankungen steigen dramatisch an und kosten Unternehmen, Krankenversicherungen und die Gesellschaft Milliarden. Lachyoga ist DER Gegenspieler zu Depressionen und dazu ein Workout mit hohem Spaßfaktor.

### **Jede/r Interessierte ist willkommen!**

Beim 4. Lachyoga-Kongress bieten rund 40 Expertinnen und Experten ein Feuerwerk an Vorträgen und Praxis-orientierte Workshops, bei denen das Lachen immer im Zentrum steht. Aber nicht nur. Es wird gesungen und getanzt, gespielt und gelacht. Lachyoga ist vielseitig anwendbar und hat schon längst Einzug in der Forschung, Therapie, Psychologie, Pädagogik, Altenpflege, Sport, Business, Kunst gehalten. Es wird ein Wochenende voller Inspiration, Begegnung, Bewegung und garantierter Hochstimmung.

**Hauptredner/innen: Die Erfinder von Lachyoga, das Ehepaar Kataria, der Pionier der Lachforschung, Dr. Michael Titze, der Religionswissenschaftler und Buch-Autor Harald Alexander Korp, Peter Cubasch, der Leiter des Lach- und Atemforums Austria und die Kabarettistin und Sängerin Julia Hagemann. Man darf gespannt sein, von wie vielen Seiten sich diese Expertinnen und Experten dem Thema Lachen ohne Grund nähern werden.**

Sie benötigen weitere Informationen, Bild- oder Tonmaterial. Rufen Sie an oder schreiben Sie eine Mail an:

Stefanie Terschüren  
Presse Lachyoga-Kongress 2015  
Tel. 0049 5222 3636517

[info@trifft-text-pr.de](mailto:info@trifft-text-pr.de)