

# Kurstage für Kurs 261301650 (Lachyoga)

Lachen ist wie Vitamine für den Alltag. Wenn Sie das Bedürfnis haben, einmal wieder den ganzen Alltagsstress abzulegen, durchzuatmen, die verspannte Nackenmuskulatur zu lockern, den Alltag für eine Weile zu verlassen, dann kommen Sie zu sechs Lachyogastunden!

Wir beschenken uns selbst mit heiteren Atemübungen, Klatschen, Tanzen, lustigen Bewegungen und natürlich viel Lachen. Dadurch mit neuem Schwung und neuer Energie! Stress wird abgebaut, und nach der Stunde Wohlfühlzeit geht es entspannt und glücklich nach Hause.

Datum	Uhrzeit	Ort
03.03.2026	16:15 - 17:15 Uhr	Offenburg VHS 113 Bewegung
10.03.2026	16:15 - 17:15 Uhr	Offenburg VHS 113 Bewegung
17.03.2026	16:15 - 17:15 Uhr	Offenburg VHS 113 Bewegung
24.03.2026	16:15 - 17:15 Uhr	Offenburg VHS 113 Bewegung
14.04.2026	16:15 - 17:15 Uhr	Offenburg VHS 113 Bewegung