

# Lach-Yoga

## Online Weiterbildung

Für Senioren & Menschen  
mit Demenz

am 04. Juli 2026



9:30–12:30

13:30–16:00

Lach-Yoga Lehrer

*Frederes André*

nach Madan Kataria

- ♥ Grundlagen vom Lach-Yoga
- ♥ Übungen für Senioren  
und Menschen mit Demenz  
Praxis und Anwendung

125  
Euro



Anmeldung unter  
[frederes.andre@gmail.com](mailto:frederes.andre@gmail.com)  
Tel: 00352 691303800



# Was erwartet dich:

**1** Kleine Einführung

**2** 5 Vorteile für die Anwendung von Lach-Yoga im Alter

**3** Theorie und Hinweise zu Kontraindikationen



**4** Praxisanwendung mit Beispielstunde

**5** Leitfaden sowie Literatur zum Thema

**6** Austausch und Vernetzung

**7** Teilnahmezertifikat und Zusatzdateien

