

# WELTLACHTAG im Sommer Berger-gARTen



## Die FIA Amorbach lädt ein zur Feier zum Weltlachttag am 1. Mai 2022

Die weltweite Lachyoga Bewegung feiert seit 24 Jahren am ersten Sonntag im Mai den Weltlachttag. Der Gründer des Lachyoga ist der Arzt Dr. Madan Kataria, Nashik, Indien. Er entwickelte diese Technik 1995 aus der Tiefenatmung des Yoga und spielerischen Lachübungen. Sie wird in 110 Ländern praktiziert. In Amorbach im SommerBerger-gARTen treffen sich diesmal zum gemeinsamen Lachen mehrere Lachclubs unter anderem aus Bad Kreuznach, Wiesbaden und Frankfurt. Die Veranstaltung ist kostenlos und offen für ALLE.

Wir starten um 13 Uhr am Parkplatz Gotthardsruine (Fliegenpilz) mit einer Begehung des Gartengeländes und machen an einzelnen Stationen Lachübungen. Um 14 Uhr beteiligen wir uns am weltweiten Lachen für den WELTFRIEDEN. Hier hören wir die Grußbotschaft von Dr. Madan Kataria. Zum Ausklang ist ein Picknick geplant.

Lachyoga ist eine kraftvolle Technik, die in diesen herausfordernden Zeiten die Stimmung hochhalten kann. Lachyoga basiert nicht auf Comedy, es ist ein Übungsprogramm, bei dem du lachen kannst, auch wenn dir nicht zum Lachen zumute ist. Denn Lachen ist die gesündeste Form unser Immunsystem zu schützen.

Lasst uns lachen für die Liebe, Gesundheit und den Weltfrieden. Alle sind dazu eingeladen, sich anzuschließen und sich mit dem Lachen zu verbinden. Lachen ist ansteckend. Hoho Hahaha...

Der Weltlachttag ist eine gute Gelegenheit für alle, sowohl Lachyoga als auch den SommerBerger-gARTen kennenzulernen. An dieser Stelle herzlichen Dank an Michael Berger, der diesen Garten zur Verfügung stellt. Die FIA Amorbach (Freie Internationale Akademie Amorbach e.V.) betreibt und pflegt den SommerBerger-gARTen ein Hanggarten auf dem Weg zur Gotthardsruine. Die Veranstaltung wird organisiert von Brigitte Kottwitz, Lachclub Frankfurt und Anna Tretter, FIA Amorbach.

Parkplatz Gotthardsruine:

Google Maps: <https://goo.gl/maps/XoADGxNSbB82KipJ9>

Pluscode: J6WJ+MX Amorbach

Webseite FIA Amorbach: [www.fia-amorbach.de](http://www.fia-amorbach.de)

Webseite Lachclubs in Deutschland: [www.lachclub.info](http://www.lachclub.info)

Tel. 0171 4367 488, Tel. 069 5963 911