

**Erlaube Dir gerade in dieser besonderen Zeit auch zu lachen.**  
"In dieser verrückten Welt hilft es immer wieder mal ver-rückt zu spielen,  
um menschlich und normal zu bleiben." Harald Reichle



# Glücks- und Lach- Muskel Training



Das lustig-lockere Wohlfühl-Workout  
für Körper, Geist und Seele

**6 Termine ab Dienstag, 06. Februar 2024, 14-tägig von 19:15 bis 21:15 Uhr**

**Lachyoga und andere Methoden für Glücks- und Wohlfühl-Momente.  
Kleine, feste Gruppe mit bewährtem, aufeinander aufbauendem Programm.  
Ob alleine, als Paar oder mit Freund\*in, Freunden, Nachbar\*in, ... Du bist willkommen.**

**Lache und mache Dir die Welt mehr und mehr, wie sie Dir gefällt.**

Herzlich willkommen in der lustig-leichten, lachenden Welt!

Fühl' Dich eingeladen zu einer 6-teiligen, lachenden Reise durch die  
Arbeits-, Haushalts- und Freizeit-Welt. Anschließend fliegen wir in weiteren  
angeleiteten Lachgeschichten imaginär zu unseren Kontinenten.  
Wir entdecken spielerisch lachend neue Länder und Erdenbewohner\*innen  
mit zwei, vier oder noch mehr Beinen, Flügeln oder Flossen.  
Auch tauchen wir ein in unsere unterbewusste Licht- und Schattenwelt.  
Es wird also mal laut, mal leise und mal auch ganz still.

***Dabei lernen wir vieles über uns selbst und unsere Möglichkeiten  
die vielfältig-bunte Welt zu gestalten, wie sie uns gefällt.***



**Komm' gerne mit und mache Dich auf in dieses spannende  
und dabei so lustig-entspannende Abenteuer,  
das Dich und Dein Innen- und Außen-Klima nachhaltig bereichern kann.**

Soweit möglich, lasse ich Deine individuellen Wünsche in die Lach-Geschichten mit einfließen.  
Es kann Deine persönliche Erinnerung sein und als Anker im Alltag dienen, um Dich auch nach  
unseren Treffen immer wieder zu spüren und an die magischen Möglichkeiten der lachenden  
Leichtigkeit zu erinnern.

## Wo?

In der Naturheilpraxis am Lidellplatz, Steinstr. 29, 76133 Karlsruhe.

## Wann?

**Dienstags, 06.02., 20.02., 05.03., 19.03., 02.04., 16.04.2024  
jeweils 19:15 bis 21:15 Uhr.**

Ein versäumter Termin kann gerne bei einem *offenen* Angebot nachgelacht werden.

## Wertschätzung:

**120 – 180 € in bar - als Deine Investition für mehr Lebensfreude.**

**Anmeldung bis 28. Januar möglich. Begrenzt auf 14 „Mit-Reisende“.**



# Anmeldung zum Lachyoga Training ab 02. Februar 2024



Ich melde mich hiermit verbindlich an:

Vorname, Name: \_\_\_\_\_

Straße, Ort: \_\_\_\_\_

E-Mail: \_\_\_\_\_

Sollte ein Termin ausfallen, erreicht man mich z.B.via. Tel.: \_\_\_\_\_

**Ich bestätige, dass ich dem Haftungsausschluss zustimme und vor oder bei Kursbeginn unterschrieben abgeben werde. Die weiteren Bedingungen habe ich ebenfalls gelesen und verstanden und erkenne diese auch uneingeschränkt an.**

Ort, Datum, Unterschrift: \_\_\_\_\_



## Bitte mitbringen:

- bequeme Kleidung und „ABS-Socken“
- etwas zu trinken
- Schreibzeug
- falls noch nicht geschehen - Wertausgleich in Bar für alle Termine
- unterschriebenen Haftungsausschluss
- Neugierde und Offenheit
- Deine Laune, egal wie sie gerade ist – sie ist willkommen
- Lust Dich zu bewegen und Dir und anderen Menschen zu begegnen

Wenn Du noch Fragen hast, melde Dich gerne bei mir. Ansonsten wünsche ich Dir bis zum Trainingsstart eine wunderschöne Zeit mit vielen Möglichkeiten zu lachen.

Herzliche Grüße

**FairÄnderung MitGefühl Lebensfreude**

**Harald Aris Reichle**



**Zertifizierter Lachyoga-Leiter**

nach Dr. Madan Kataria, School of Laughter Yoga

Mitinitiator und seit 2013 Mitorganisator des Weltlachtages in Karlsruhe

**Ganzheitlicher Wegbegleiter \* Psychologisch-Medialer Aufstellungsleiter**

Tel.: 0176 64798920 \* E-Mail: [kontakt@haraldreichle.de](mailto:kontakt@haraldreichle.de)

[www.haraldreichle.de](http://www.haraldreichle.de) \* [www.lachyoga-in-karlsruhe.de](http://www.lachyoga-in-karlsruhe.de)



## Teilnahmebedingungen

Aus rechtlichen Gründen weise ich Dich darauf hin, dass mein Angebot kein Besuch beim Arzt, Heilpraktiker oder Psychotherapeuten ersetzt.

Meine Angebote erfolgen ausschließlich im Sinne der Unterstützung der Gesundheit, dem Wohlbefinden, der Entspannung, des Geistigen Heilens nach AZ 1 BvR 784/03, Begleitung in Um- & Aufbruch-Situationen (Trauer, Krisen & sonstigen Herausforderungen des Lebens), der Persönlichkeitsentwicklung.

Ich werde die Gruppenleiterin / den Gruppenleiter vor Beginn darüber informieren, wenn ich geistig, körperlich oder psychisch nicht voll belastbar bin. Ich nehme eigenverantwortlich bei dem Angebot teil und verstehe die Anweisungen als Anregungen, denen ich freiwillig folge. Ich übernehme während des Kurses die volle Verantwortung für mich und für mein Handeln, und hafte für die von mir verursachten Schäden.

### ▪ Stornobedingungen:

- Bei Rücktritt sind 20€ , bis 2 Wochen vorher 50€ Bearbeitungsgebühr zu begleichen. Ein ggf. Restbetrag wird zurückerstattet.
- Ab dann, der gesamte Betrag, es sei denn, du findest einen Ersatz für dich. Sollte eine Ersatzperson vor Kursbeginn gestellt werden, erlaube ich mir eine Aufwandsentschädigung von 25 €.
- Bei einer Absage meinerseits: Bei Ausfall vom kompletten Kurs erfolgt die Erstattung des vorausbezahlten Gesamtbetrags. Entsprechender Teilbetrag falls der laufende Kurs ausfällt und Termine nicht nachgeholt werden können.

- **Wenn Du mir eine E-Mail sendest**, erklärst Du dich damit Einverstanden, dass Deine Daten zur Bearbeitung Deiner Anfrage erhoben, gespeichert und verarbeitet werden. Dieses Einverständnis kannst Du jederzeit mit Wirkung für die Zukunft widerrufen.

**Die Kommunikation per E-Mail** erfolgt von Seiten des Vital-Therapeuts® (Harald Reichle) mit einem handelsüblichen Mailprogramm. Dieses Programm überträgt die Mails verschlüsselt, verfügt aber nicht über den höchstmöglichen Verschlüsselungsgrad. Insofern kann der Vital-Therapeut® nicht in vollem Umfang für die Sicherheit der übertragenen Daten garantieren. Bitte beachte dies, falls Du mir gesundheitsbezogene Daten per Mail schicken oder diese per Mail anfordern möchtest.

- Die Kommunikation und der Informationsaustausch über sämtliche **Messenger-Anbieter (z. B. Threema, Telegram, Signal, SMS, ...)** sind meist nicht DSGVO-konform und entsprechen nicht dem Bundesgesetz für Datenschutz. Bei Kontaktaufnahme durch den Klienten über die Mobilfunknummer des Vital-Therapeuts® und im Besonderen über Messenger-Anbieter übernimmt der Vital-Therapeut® keinerlei Haftung und Verantwortung für eventuell dadurch entstehende Datenweitergaben oder Schäden.

### ▪ Haftungsausschuss für die Teilnahme am Lachyoga

„LaughterYoga International / Dr. Madan Kataria empfiehlt einen Haftungsausschluss bei allen Lachyoga-Aktivitäten. Seit 1995 sind hunderttausende Lachyoga-Sessions in mehr als 60 Ländern gehalten worden... Wir leben jedoch in einer unberechenbaren Welt, in der manche Leute sich ein Geschäft daraus machen, Schadensersatzansprüche auf Kosten anderer zu stellen, um damit Gewinn zu machen oder andere Absichten zu verfolgen.“

**Der ausgefüllte und unterschriebene Haftungsausschuss dient somit zu Deiner/Ihrer und meiner Sicherheit und ist vor Beginn abzugeben.**

**Ohne die folgende Erklärung ist leider eine Teilnahme nicht möglich.**

Diese verbleibt bei mir und wird nicht automatisch an LaughterYoga International weitergeleitet.

**Vielen Dank für Dein/Ihr Verständnis und Vertrauen.**

## ***Lachyoga Information & Haftungsausschluss***

Lachyoga ist ein lustiges und gesundes Trainingsprogramm mit positiven gesundheitlichen Wirkungen auf körperlicher, mentaler und emotionaler Ebene. Wie jede andere aerobische Körperübung sollte Lachyoga von Menschen mit gesundheitlichen Problemen nicht ohne vorherige ärztliche Untersuchung praktiziert werden.

Lachyoga ist kein Ersatz für eine ärztliche Beratung bei körperlichen, mentalen und psychologischen Erkrankungen.

Unter bestimmten Umständen ist von Lachyoga abzuraten. Lachen ist körperlich anstrengend und verursacht eine Erhöhung des Drucks im Bauchinneren. Bei folgenden Beschwerden ist Lachyoga kontraindiziert:

- starke (blutende) Hämorrhoiden
- Harninkontinenz
- Herzerkrankungen
- unbehandelter hoher Blutdruck
- jegliche akute Symptome
- andauernder Husten
- Schnupfen, Heiserkeit, Viruserkrankungen
- Angina Pectoris
- Glaukom (Grüner Star)
- Bruch- und Vorfallerkrankungen des Unterleibs
- Bandscheibenvorfall
- Epilepsie
- kurz (im Regelfall bis 3 Monate) nach einer Operation
- Früh- und Spätstadium einer Schwangerschaft
- starke Rückenschmerzen
- starke psychische Störungen

Diese Liste dient nur als Richtlinie und ist nicht vollständig. Im Zweifelsfall ist vorher ein Arzt zu konsultieren.

Wer ärztlich verschriebene Medikamente nimmt, sollte seinen Arzt fragen, bevor er die Therapie reduziert oder absetzt.

Bitte handeln Sie vernünftig: wenn Sie während einer Einheit plötzlich Schmerzen verspüren, setzen Sie bitte sofort aus, oder wenden sich an den Gruppenleiter, falls Sie Hilfe benötigen.

Haftungsausschluss

Name: \_\_\_\_\_

Adresse: \_\_\_\_\_

Bitte lesen Sie folgenden Text aufmerksam durch:

Ich nehme an Lachyoga-Einheiten teil, die körperlichen Einsatz erfordern, möglicherweise anstrengend sind und Verletzungen verursachen können. Ich bin mir über die dadurch entstehenden Risiken und Gefahren bewusst.

Ich bin körperlich fit und habe keine Beschwerden, die im Widerspruch zu einer vollständigen Teilnahme an Lachyoga-Einheiten stehen. Sollte ich gesundheitliche Probleme haben, habe ich diese vor jeder einzelnen Einheit zur Gänze dem Lachyoga-Leiter mitgeteilt.

Ich übernehme die volle Verantwortung für jegliche bekannte und unbekannte Risiken, Verletzungen und Schäden, die mir durch die Teilnahme an den Lachyoga-Einheiten entstehen können. Ich erkläre hiermit ausdrücklich, keinerlei Klage gegen die Dr. Kataria School of Laughter Yoga, gegen Laughter Yoga International, gegen ihre Leader und LehrerInnen, Angestellte und AssistentInnen für Verletzungen oder Schäden, die aufgrund der Teilnahme entstanden sind, zu erheben. Ich stimme zu, dass ich, meine Erben oder legalen Vertreter im Falle selbst- oder fremdverschuldeter Verletzung oder Todesfall auf jegliche Klage und gerichtliche Schritte verzichten werde.

Ich habe den obigen Haftungsausschluss gelesen und verstehe seine Inhalte vollständig. Ich stimme oben genannten Bedingungen freiwillig zu.

Unterschrift einer erwachsenen Person bzw. bei Minderjährigen des/der Erziehungsberechtigten:

\_\_\_\_\_

Datum (Tag/Monat/Jahr): \_\_\_\_/\_\_\_\_/\_\_\_\_

LAUGHTER YOGA INTERNATIONAL  
A1 DENZIL - CROSS ROAD 3 LOKHANDWALA COMPLEX, ANDHERI WEST, MUMBAI 400053 INDIA  
TEL +91 22 2631 6426, EMAIL INFO@LAUGHTERYOGA.ORG  
INDIA USA EUROPE CANADA AUSTRALIA  
WWW.LAUGHTERYOGA.ORG

Copyright 2007 Laughter Yoga International