

Infos zum Lachseminar am 23.4.2009

Lachen ist eine Weltsprache, Lebensfreude ihr Ausdruck

Miteinander eröffnen wir uns wieder neue Wege zu unserem eigenen Humor! Humor und Lachen sind ansteckend und mitreißend, machen uns glücklich und gesund. Regelmäßiges Lachen führt zu einer heiteren Grundstimmung, die es ermöglicht, gelassener mit Herausforderungen des Alltags umzugehen.

Ziel ist es, das Lachen in uns wieder zu entdecken, nicht nur für zu Hause, sondern überall dort, wo wir sind: im Beruf, im Alltag, bei Freunden, ...

Inhalte des Workshops:

- Spannungs- und Stressabbau
- Motivation und Leistungssteigerung
- Wohlfühlen und entspannen
- Gemeinsam statt einsam

Martina Zahn (im Foto links) gibt Gesangsunterricht für Chöre und Einzelpersonen, ist Stimm- und Rhetoriktrainerin (u.a. für den ORF Kärnten) und Mutter von 3 Kindern. Seit 2009 ist sie die Leiterin der "Akademie für Stimme und Klang".

Nähere Infos über Martina Zahn finden Sie unter: www.voicetrainer.at

