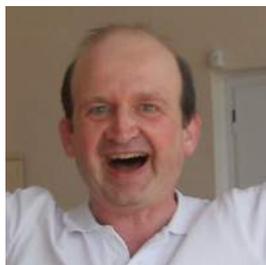


Online-Event

## Online-Lachyoga für Teams

Lachen ist gesund, verbindet, entspannt und sorgt für gute Laune



### Programm-Idee

Lachyoga-Online-Event zum Mitlachen als Programmpunkt bei einer Tagung, Konferenz, Fortbildung oder einem anderen Firmen-Event z.B. als Warmup, Icebreaker oder Powerbreak.

Paket-Nummer: 0519541

Region:	📍	Gesamt-Deutschland
Verfügbarkeit:	📅	ganzjährig
Teilnehmer:	👤	10 - 30 Teilnehmer
Dauer:	🕒	30 Minuten
Mögliche Sprachen:	🌐	Deutsch, Englisch
Preis zzgl. MwSt:	💰	ab 25,00 € p.P.

## Online-Event

# Online-Lachyoga für Teams

Lachen ist gesund, verbindet, entspannt und sorgt für gute Laune

### Beschreibung

Das 30-minütige Programm beginnt als Einleitung mit einem Input über die Vorzüge des Lachens sowie Sinn und Nutzen eines Lachtrainings. Dann wird es auch schon praktisch:

Nach Einführung einiger Grund-Übungen, die bereits sehr auflockernd wirken und Spaß machen, leitet Alex Bannes vielfach erprobte und bestens bewährte Lachyoga-Übungen an.

Der Abschluss wird je nach Gruppengröße, Setting und Thematik in Ihrer Veranstaltung gestaltet, in der Regel durch ein bis zwei kraftvolle und abrundende Aktivitäten bzw. Übungen.

Die Teilnehmer\*innen nehmen gute Laune, Entspannung und eine positive Haltung mit, denn durch das Lachtraining lösen sich Stress und Anspannung schon in wenigen Minuten.

Das 30-Minuten Event wird Ihre Veranstaltung aufwerten und erfolgreicher machen, denn die Erfahrung zeigt, dass Lachen die mentalen Funktionen stärkt, positive Stimmung erzeugt, wach macht, den Energiepegel hebt und die sozialen Interaktionen fördert. Das alles kann bei Unternehmensveranstaltungen Gold wert sein und den Zweck der Veranstaltung fördern. Beispielsweise als

- Warmup: bevor es richtig losgeht die Stimmung unter den Anwesenden positiv gestalten

- Ice-Breaker: Verbundenheit und Offenheit erzeugen, gerade bei trockenen Themen oder wenn viele der Anwesenden sich (noch) nicht kennen.

- Power-Break: Bei langen Veranstaltungen Energie und Wachheit wieder hochfahren.

### Technik

- |                                                  |                                             |                                                   |
|--------------------------------------------------|---------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Die meisten Plattformen | <input type="checkbox"/> Mobile Phone       | <input checked="" type="checkbox"/> PC            |
| <input type="checkbox"/> Android                 | <input type="checkbox"/> IOS                | <input checked="" type="checkbox"/> Windows       |
| <input type="checkbox"/> Linux                   | <input type="checkbox"/> MacOS              | <input checked="" type="checkbox"/> Zoom          |
| <input type="checkbox"/> MS Teams                | <input type="checkbox"/> Cisco WebEx        | <input type="checkbox"/> EventMobi                |
| <input type="checkbox"/> Google Meet             | <input type="checkbox"/> Hopin              | <input type="checkbox"/> Plazz                    |
| <input type="checkbox"/> Wonder                  | <input type="checkbox"/> Download notwendig | <input type="checkbox"/> Download nicht notwendig |

### Service

- |                                         |                                            |                                           |
|-----------------------------------------|--------------------------------------------|-------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> CO2 ausweisbar | <input type="checkbox"/> CO2 Kompensation  | <input type="checkbox"/> mit Moderator    |
| <input type="checkbox"/> ohne Moderator | <input type="checkbox"/> eigener Moderator | <input type="checkbox"/> kein Support     |
| <input type="checkbox"/> mit Support    | <input type="checkbox"/> ohne Warenversand | <input type="checkbox"/> mit Warenversand |

### Interaktion

- |                                          |                                                     |                                                   |
|------------------------------------------|-----------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> niedriges Level | <input checked="" type="checkbox"/> mittleres Level | <input type="checkbox"/> hohes Level              |
| <input type="checkbox"/> jeder für sich  | <input type="checkbox"/> in Teams                   | <input checked="" type="checkbox"/> alle zusammen |

### Empfohlene Browser

Die Angaben beziehen sich auf die jeweils aktuellste Version des Browsers. Frühere Versionen können ebenfalls funktionsfähig sein. Wir empfehlen, das vorher mit dem Anbieter abzustimmen.

- |                                                    |                                                      |                                                     |
|----------------------------------------------------|------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Apple Safari              | <input type="checkbox"/> Brave                       | <input checked="" type="checkbox"/> Google Chrome   |
| <input checked="" type="checkbox"/> Microsoft Edge | <input type="checkbox"/> Microsoft Internet Explorer | <input checked="" type="checkbox"/> Mozilla Firefox |
| <input type="checkbox"/> Opera                     | <input type="checkbox"/> Tor Browser                 | <input type="checkbox"/> Vivaldi                    |

## Online-Event

# Online-Lachyoga für Teams

Lachen ist gesund, verbindet, entspannt und sorgt für gute Laune

### Anbieter-Bewertungen

2 abgegebene Bewertungen	★★★★★	4.92 von 5 Sternen
Preis/Leistungsverhältnis:	★★★★★	4.50 von 5 Sternen
Vollständigkeit der Leistungen:	★★★★★	5.00 von 5 Sternen
Freundlichkeit des Personals:	★★★★★	5.00 von 5 Sternen
Zutreffen der Beschreibung:	★★★★★	5.00 von 5 Sternen
Erwartungen erfüllt?	★★★★★	5.00 von 5 Sternen
Persönliches Engagement:	★★★★★	5.00 von 5 Sternen

### Leistungen inkl.

- 30-minütiges Programm inkl. Mini-Vortrag, Einführung in den Sinn eines Lachtrainings & praktischem Teil

### Zusatzleistungen

- Verlängerung des Workshops  
Die Verlängerung auf 90 Minuten bedeutet, dass aus dem in einen Kurzvortrag eingebetteten Lachtraining ein Schnupperworkshop wird. Die längere Zeit erlaubt es z.B. mehr Übungen und Inhalte zu integrieren, die auf die Bedürfnisse und Themen der Gruppe abgestimmt werden können.  
Preis: 15,00 € p.P. zzgl. MwSt

Wie Sie in 3 Schritten ein individuelles Angebot für diese Programm-Idee kostenfrei anfordern und offene Fragen klären können

[www.hirschfeld.de](http://www.hirschfeld.de) - Paket-Nr. 0519541

