

Tennisballmassage

Lasst euch verwöhnen!

Immer paarweise massieren sich die Teilnehmer gegenseitig mit Tennisbällen ohne sich direkt zu berühren. Dabei werden die Teilnehmer praktisch angeleitet und können in ruhiger Atmosphäre und bei angenehmen Klängen entspannen. Die Teilnehmer lernen auf diese Weise, was es heißt, anderen etwas Gutes zu tun und andererseits lernen sie auch, richtig zu entspannen.

Der Tennisball ist dabei ein gut geeignetes und zugleich einfaches Massagegerät, welches Berührungssängste untereinander abbaut ohne direkt Körperkontakt zu haben.

Am Ende jedes Durchgangs gibt es einen wohlschmeckenden Wellness-Cocktail.



- Dauer:** ca. 90 Minuten
Zielgruppe: geeignet ab 3. Klasse, max. 12 Teilnehmende
Wegbeschreibung: auf dem Gelände der Rothleimmühle
Besonderheiten: Cocktail