

**A.48 ABLAUFPLAN MASSAGE**

PROJEKTWOCHE: „LEISE REISE“ | Durchführungszeit ca. 60 Minuten

**THEMA** Massage **RAUM / AUSSTATTUNG** Raum mit Matten  
**ANZAHL TEILNEHMER\*INNEN** 12 Kinder

<b>Angebotsbeschreibung</b>	Partnermassage mit Händen und Igelbällen, Entspannung mit Musik und Mandalas
<b>benötigtes Material</b>	Matten, Igelbälle, Musik, Lichterkugel, Massagegeschichten, Mandalas, Stifte, Malunterlagen
<b>Stundenaufbau</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Begrüßung</li> <li>2. Regeln besprechen (leise, achtsam, Partner fragen: „Darf ich dich massieren?“, bedanken, nie auf der Wirbelsäule)</li> <li>3. Partnermassagegeschichten mit Händen oder Bällen</li> <li>4. Ausschütteln, aufwecken</li> <li>5. Kreisspiel „Händedruck“ bei geschlossenen Augen weitergeben</li> <li>6. Massagegeschichte</li> <li>7. Mandalas malen, mit Entspannungsmusik im Hintergrund</li> <li>8. Bei erfolgreicher Teilnahme erhält jedes Kind einen Stempel in den „Leise-Reise-Pass“.</li> </ol>