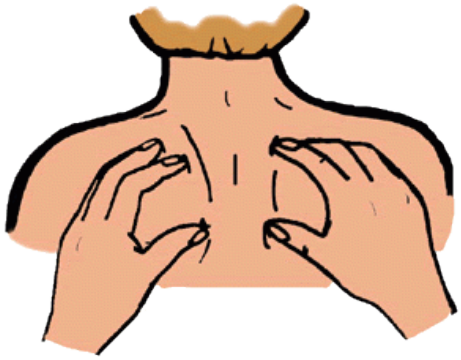
WYSŁANE PRZEZ
MiciiExploratori

ON
21.10.2014

★ ★ ★ ★ ★
Keine Stimmen

Masaż



Wiek
Od 6 lat

Liczba graczy
Od 8

Opis
Gracze siedzą w kręgu, zwróceni o 90 stopni w prawo, tak aby każdy gracz widział plecy osoby siedzącej po prawej stronie. Każdy gracz kładzie ręce na ramionach osoby siedzącej przed nim i zaczyna ją masować, wykonując ruchy i pociągnięcia. Nie należy wywierać nacisku na kręgosłup, szyję ani plecy. Podczas masażu osoba masowana jest pytana, czy jej się to podoba i czy czuje się dobrze. Po pewnym czasie należy uścisnąć dłonie, wziąć głęboki oddech i zrelaksować się. Następnie wszyscy obracają się o 180 stopni i masują osobę, która masowała ich w poprzedniej rundzie.

Materiał
-

Źródło zdjęcia

http://www.clipsahoy.com/webgraphics2/as2008.htm

Weitere Informationen

Kategorie
Wiara i inspiracja

Tagi
Grupa
Gra
Program
Praca zespołowa
Działalność

Wiek
Brak dostępnych danych.

Liczba uczestników
Brak dostępnych danych.

Biblia
Historia
Osoba
Temat:

Teren / otoczenie
Wody
Miasto
Las
Łąka

Materiał
Brak

Pobieranie plików
Brak pobierania plików

KI Generierter Inhalt
Zawartość
Kategorie
Tagi
Wiek
Liczba uczestników
Biblia
Teren / otoczenie
Materiał

© YoungstarsWiki | https://youngstarswiki.org/pl/wiki/art/masaz