

# **Tipp für eine AG**

**Beitrag von „erdbeerchen“ vom 15. Juli 2009 13:30**

Hat jemand von Euch schon mal eine "Entspannungs-AG" angeboten? Was könnten da die Inhalte sein?

Folgendes fällt mir ein:

- Entspannen zu Geschichten und schöner Musik
- Igelballmassage, "Wettermassage"
- Spiele rund um die Sinne bzw. Wahrnehmung (mir fallen nur keine ein...)
- Atemübungen
- Teezeremonie
- gemütlich Bücher lesen bei Tee und Keksen
- Phantasiereise und dazu malen

Habt ihr weitere Ideen?