



Runde Massen können gerollt werden – und nicht nur gehoben

Weniger Körperspannung und differenzierteres Körperbild von sich selbst (weniger Brett – mehr Mensch mit Zwischenräumen)

Positive Wirkung auf Gesundheitsprozesse: Enzyme,
Hormonausgleich auf Zellebene beeinflusst Psyche und Emotionen.
Und wir haben beide weniger Belastungen beim Drehen.

Ich hole Euch mit Eigenerfahrung ins Boot,

Namen werden durchgestrichen, wenn erledigt.

Anna

Theresia

Amado

Markus

Sandra

Sabrina

Konsti

Caro