

BERÜHRT. SEIN. KUSCHELGRUPPE.



TANKE ABSICHTSLOSE NÄHE IN EINEM ACHTSAMEN RAHMEN. ENTDECKE SPIELERISCH GEBEN UND NEHMEN, GRENZEN UND BEDÜRFNISSE. ALS SINGLE, PAAR, JÜNGER, ÄLTER...

DAS ERWARTET DICH

* **Sonntag Mittag**

Wir starten mit einem gemeinsamen Mittagessen. Bitte bringe einen Beitrag fürs Büffet mit. Getränke sind vorhanden.

* **Montag Abend**

Zum Ankommen und in der Pause gibt es Tee und Knabbereien.

- * Begrüßungsrunde, die Kuschelregeln werden erläutert, offene Fragen können geklärt werden.
- * Ein paar Minuten Bewegung mit Musik zum Auflockern und Ankommen.
- * Spielerischer Kontakt und Körperwahrnehmung.
- * Übungen zur Wahrnehmung der Grenzen.
- * Kurze Pause.
- * Ausgiebiges Kuscheln in der Runde.
- * Einschwingen auf das Ende, Erfahrungsaustausch.

UNSERE REGELN

- * Achte auf deine Grenzen, und die der Anderen.
- * Keine sexuellen Handlungen, die Kleidung bleibt an, Berührungen an den Bikinizonen sind tabu. Verstöße führen nach einer Mahnung zum Ausschluß. Es gibt am Ende die Möglichkeit, Telefonnummern auszutauschen, um sich privat zu verabreden.
- * Spürst du ein klares »Ja«, kommuniziere es.
- * Ein »Vielleicht« bedeutet »Nein«, teile dich mit, ebenso wie bei einem deutlichen »Nein«.
- * Du kannst jederzeit deine Meinung ändern.
- * Der Kuschelabend ist Experimentierfeld. Du kannst zu zweit, zu dritt oder in großer Runde kuscheln.
- * Zwischendurch am Rand sitzen ist völlig ok.
- * Alle deine Gefühle sind richtig und willkommen.
- * Komm geduscht und verwende kein starkes Parfüm oder Aftershave.

TERMINE

Sonntags – 13.30 Uhr bis 18.00 Uhr mit Eva und/oder Richard – Kosten: 25 €

Montags – 19.00 Uhr bis 22.00 Uhr mit Prashanti und/oder Richard – Kosten: 20 €

Vierzehntägig in ungeraden Kalenderwochen. Bitte komme paar Minuten früher in Ruhe an, plane genügend Zeit für die Parkplatzsuche ein.

VERANSTALTUNGORT

Kastellstraße 7 in 73734 Esslingen-Berkheim
Bitte bei Gruber klingeln

VERANSTALTER

Richard Gruber

Telefon 0711 50655722

willkommen@kuschelgruppe.de

WWW.KUSCHELGRUPPE.DE