

TANTRISCHE FESSELMASSAGE

LERNEN.

Shibari • Tantra • Präsenz

**TECHNIK
LERNST DU.**

**VERTRAUEN
ERLEBST DU.**

feelZeit®
IMPULSRAUM



MANCHMAL BEGINNT EINE REISE MIT EINEM EINZIGEN KNOTEN.

Vielleicht bist du hier, weil dich das Seil fasziniert. Vielleicht möchtest du Menschen sicher durch eine tantrische Fesselmassage begleiten. Oder du suchst nach einer Verbindung aus Handwerk, Berührung und menschlicher Begegnung. Die tantrische Fesselmassage verbindet Elemente aus Shibari, Tantra und traumasensibler Begleitung zu einer eigenständigen Form achtsamer Körperarbeit.

In dieser Ausbildung lernst du Schritt für Schritt die Grundlagen von Seilkunde, Sicherheit, Berührung, Kommunikation und Präsenz. Du erfährst, wie aus einzelnen Knoten eine Fesselung entsteht. Wie aus einer Fesselung Berührung wird. Und wie sich daraus nach und nach eine vollständige tantrische Fesselmassage entwickelt.

Doch wir erzählen dir nicht nur von Techniken, Modulen und Ausbildungsinhalten. Wir erzählen auch von den Menschen, die diesen Weg gehen. Von den Erfahrungen, die dabei entstehen können. Und von einer Haltung, die für uns seit vielen Jahren im Mittelpunkt steht:

Nicht nur das Seil zu sehen.

Sondern auch den Menschen darin.

Genau darum geht es in dieser Ausbildung.

Willkommen in der Welt der tantrischen Fesselmassage.

DER MENSCH IM SEIL

Viele Menschen lernen das technische Fesseln. Wir zeigen euch das auch. Denn Sicherheit, Technik und ein solides Fundament sind wichtig. Doch sobald ein Mensch sich auf Seil, Berührung und Begegnung einlässt, entsteht oft etwas, das sich nicht planen oder erklären lässt. Deshalb zählt für uns vor allem der Mensch im Seil.

Manche Menschen spüren zum ersten Mal seit langer Zeit, wie es ist, nichts tun zu müssen. Nicht entscheiden. Nicht organisieren. Nicht verantwortlich sein. Sondern einfach gehalten werden. Andere begegnen Nervosität, Kontrolle oder Unsicherheit. Vielleicht taucht die Frage auf, ob Loslassen überhaupt möglich ist. Manchmal entsteht tiefe Ruhe. Manchmal Freude. Manchmal Traurigkeit. Manchmal die Erkenntnis, wie selten wir uns erlauben, unsere Bedürfnisse wirklich wahrzunehmen.

Denn ein Seil berührt mehr als den Körper. Es berührt oft auch die Art, wie wir Vertrauen erleben. Wie wir Grenzen setzen. Wie wir führen. Wie wir uns führen lassen. Wie wir Nähe zulassen. Und wie wir mit dem umgehen, was dabei in uns sichtbar wird.

Manche Menschen entspannen sich sofort im Seil. Andere spüren zunächst Widerstand. Den Impuls, sich zu bewegen, sich zu befreien oder die Kontrolle zu behalten. Manchmal beginnt eine Erfahrung mit Anspannung und endet in tiefer Ruhe. Manchmal mit Unsicherheit und führt zu Vertrauen. Manchmal entsteht eine Reise vom Kämpfen zum Loslassen, von Kontrolle zu Hingabe. Und manchmal geschieht etwas völlig anderes.

Genau das macht jede tantrische Fesselmassage einzigartig. Denn nicht nur das Seil erzählt eine Geschichte. Auch die Berührung. Die Aufmerksamkeit. Die Art, wie zwei Menschen miteinander in Kontakt treten.

Während das Seil Orientierung geben kann, lädt die Massage dazu ein, zu spüren. Der Körper darf wahrnehmen, was gerade da ist. Freude. Sinnlichkeit. Lebendigkeit. Sehnsucht. Verletzlichkeit. Vielleicht auch Traurigkeit oder die Erleichterung, für einen Moment nichts leisten zu

DER MENSCH IM SEIL

Auch für den Menschen, der fesselt und berührt, geht es um weit mehr als Knoten und Techniken. Mit jedem Seil und jeder Berührung entsteht Kommunikation. Die Aufmerksamkeit wandert zum Gegenüber, zum Atem, zu kleinen Veränderungen. Zu dem, was ausgesprochen wird, und zu dem, was unausgesprochen spürbar ist. Mit der Zeit kann das Seil zu einer Verlängerung der eigenen Hände werden. Zu einer Form von Berührung. Zu einer Möglichkeit, Fürsorge, Klarheit, Aufmerksamkeit und Hingabe auszudrücken.

Viele Menschen glauben zu Beginn, dass sie nur für eine Seite dieser Erfahrung geschaffen sind. Dass sie entweder fesseln oder empfangen möchten. Entweder führen oder sich führen lassen. Und manchmal bleibt es tatsächlich dabei. Doch immer wieder erleben wir, wie überrascht Menschen sind, wenn sie die andere Seite kennenlernen. Wie viel Verständnis entsteht, wenn jemand spürt, wie sich eine Fesselung anfühlt. Wie viel Mitgefühl wächst, wenn jemand erlebt, welche Verantwortung mit dem Fesseln verbunden ist. Oft wird sichtbar, dass beide Rollen weniger Gegensätze sind, als viele zunächst glauben. Sie ergänzen sich. Und sie helfen dabei, sich selbst und andere Menschen tiefer zu verstehen.



WIR BEGLEITEN DICH - LAURA

Von Anfang an faszinierte mich am Shibari nicht nur die Kunst des Seils und die verschiedenen Techniken sondern die Tiefe und Vielfältigkeit die es in die Begegnung zweier Menschen bringen kann. Es ist wie eine Begegnung ohne Worte, die doch so viel zu sagen hat.

Mit der Zeit habe ich das Seil immer mehr auf meine ganz eigene Art in die Massagen einfließen lassen. Bis heute begeistert mich, wie sich Seilarbeit und Berührung miteinander verbinden und gegenseitig bereichern können.

Besonders spannend finde ich, das Seil intuitiv in den Fluss einer Massage einzubeziehen und immer wieder zu erleben, welche unterschiedlichen Erfahrungsräume daraus entstehen.

Jede Begegnung ist dabei einzigartig und eröffnet neue Möglichkeiten für Präsenz, Loslassen, Halt geben, Geborgenheit und Kontakt mit sich selbst.



WIR BEGLEITEN DICH - COCO

Mich begleitet seit vielen Jahren die Frage, wie Seil, Berührung und innere Erfahrung miteinander verbunden sind. Was hilft einem Menschen, sich sicher zu fühlen? Was lässt Vertrauen wachsen? Und was braucht es, damit aus einer intensiven Erfahrung etwas entsteht, das getragen, integriert und als bereichernd erlebt werden kann?

Eine der ersten Fesselmassagen, die ich vor vielen Jahren empfangen durfte, hat mich tief berührt. Sie führte mich durch ganz unterschiedliche innere Räume – von Kontrolle und Anspannung über Loslassen und Vertrauen bis hin zu Hingabe, Sinnlichkeit und Verbundenheit. Diese Erfahrung wurde zum Ausgangspunkt einer bis heute andauernden Forschungsreise.

Seitdem beschäftige ich mich mit der Frage, wie Orientierung, Präsenz, Kommunikation und Berührung Menschen dabei unterstützen können, sich auch in intensiven Momenten sicher und selbstbestimmt zu erleben.

Als Sexualcoachin, Ausbilderin für traumasensible Tantra Massage und Gründerin der feelZeit® Berührungswelten erforsche und vermittele ich Wege, Berührung nicht nur als Technik, sondern als bewusste Form von Begegnung zu verstehen.

Im Mittelpunkt meiner Arbeit steht die Frage, wie Menschen über Berührung wieder in einen lebendigeren Kontakt mit sich selbst, ihrem Körper und anderen kommen können – achtsam, würdevoll und ohne sich dabei zu verlieren.



DU DARFST KOMMEN

WIE DU BIST

In unseren Gruppen bis maximal 12 Teilnehmenden treffen sehr unterschiedliche Menschen aufeinander. Manche kommen allein, andere als Paar. Manche möchten ihre Berührungs- und Beziehungskultur vertiefen. Andere suchen nach einer Möglichkeit, Menschen professionell durch tantrische Fesselmassagen zu begleiten. Was sie verbindet, ist selten ihr Vorwissen. Es ist vielmehr die Neugier auf eine Form von Berührung, die Handwerk, Präsenz und Begegnung miteinander verbindet. Der Wunsch, Menschen achtsam begleiten zu lernen. Oder die Sehnsucht, neue Erfahrungen mit sich selbst oder miteinander zu machen.

Für das Fesseln selbst brauchst du keinerlei Vorerfahrung. Ein Grundverständnis der Tantra Massage setzen wir jedoch voraus. Wie umfangreich diese Erfahrung bereits ist, spielt dabei keine Rolle. Ob du gerade dein erstes Grundseminar besucht hast oder bereits seit Jahren massierst – die Ausbildung bietet Raum für unterschiedliche Erfahrungsstufen.

Viele Menschen kommen mit einer Mischung aus Neugier, Vorfreude und Respekt ins erste Modul. Oft gibt es mehr Fragen als Antworten. Und genau das ist vollkommen in Ordnung. Manche kommen mit einer klaren Vorstellung. Andere spüren nur, dass sie dieses Feld erkunden möchten. Beides hat Platz.

Du kannst das Gelernte für dich selbst, für deine Beziehung oder für den privaten Rahmen nutzen. Gleichzeitig ist die Ausbildung so aufgebaut, dass du den Weg – wenn du möchtest – bis zur Zertifizierung weitergehen und die tantrische Fesselmassage später auch professionell anbieten kannst. Du musst heute noch nicht entscheiden, wohin dein Weg führen wird. Wichtig ist nur die Bereitschaft, den ersten Schritt zu machen.

MIT DEN HÄNDEN **LERNEN**

Du lernst die ersten Knoten und Fesselungen.

MIT DEM HERZEN **VERSTEHEN**

Du erfährst, wie Berührung und Präsenz sich verändern können.

MIT ALLEN SINNEN **ERLEBEN**

Du sammelst eigene Erfahrungen statt nur Wissen.

Nicht nur Knoten lernen.

Sondern erleben, was zwischen Menschen entstehen kann.





WAS DU KONKRET LERNST

Basisknoten & erste Fesselungen

Sicher, verständlich und Schritt für Schritt erklärt.

Seilkunde & Sicherheit

Damit Vertrauen auf einem sicheren Fundament wächst.

Berührung & Präsenz

Wie Aufmerksamkeit die Qualität von Berührung verändert.

Partnerübungen & Selbsterfahrung

Lernen durch eigenes Erleben.

Traumasesensible Begleitung

Wie Klarheit, Kommunikation und Präsenz Menschen Sicherheit geben können.

Tantrische Fesselmassage

Die Verbindung von Shibari, Berührung und tantrischer Haltung.

Ich hatte vorher keine Ahnung, wie ich Shibari sinnvoll in eine Tantra Massage integrieren sollte. Nach dem Seminar hatte ich endlich einen klaren Ablauf und wusste, wie die einzelnen Elemente zusammengehören.

“
Aus vielen
Fragezeichen
wurde ein
konkreter Weg.
”

Lea - Tantra Masseurin



WIE WIR LERNEN NICHT **TECHNIK ODER **GEFÜHL**. SONDERN **BEIDES**.**

Jeder Tag folgt demselben Prinzip:

Wir lernen zuerst die Technik. Klar. Schritt für Schritt. Bekleidet. Erst wenn die Handgriffe sicherer werden, gehen wir in die Erfahrung.

Dann wird aus einem Knoten Berührung. Aus einer Fesselung Begegnung. Aus Technik eine tantrische Praxis. So entsteht Sicherheit. Und Raum für echtes Erleben.

Jede neue Fesselung begegnet dir deshalb zweimal:

Zuerst als Handwerk. Dann als Teil einer tantrischen Fesselmassage.

Dabei wechselst du immer wieder die Perspektive. Du erfährst, wie es ist zu fesseln. Und wie es ist, gefesselt zu werden. Du gibst. Und du empfängst.

Durch wechselnde Übungspartner:innen lernst du, mit unterschiedlichen Menschen, Körpern und Bedürfnissen umzugehen.

So entsteht nicht nur technisches Verständnis. Sondern die Fähigkeit, Menschen aufmerksam, sicher und individuell zu begleiten.

DER WEG DURCH DIE TANTRISCHE FESSELMASSAGE

Wir orientieren uns am natürlichen Aufbau einer Tantra Massage. Vom ersten Kontakt. Über Berührung und Seil. Bis hin zu einer vollständigen tantrischen Fesselmassage.

Ankommen

Präsenz, Kontakt und Orientierung.

Yang

Aktive Berührung, Führung und die ersten Fesselungen im Verlauf der Massage.

Yin

Weichheit, Empfangen und die Erfahrung von Gehaltensein.

Integration

Wenn Shibari, Berührung und tantrische Haltung zu einer Fesselmassage zusammenfinden.

Jeder Abschnitt wird zunächst demonstriert, anschließend gemeinsam geübt und schließlich selbst erfahren.



DEIN WEG DURCH UNSERE 3 MODULE

Die Module bauen aufeinander auf und geben Zeit für Praxis, Integration und eigene Erfahrungen zwischen den Ausbildungsabschnitten.

4 Tage



Vom ersten Knoten zur vollständigen tantrischen Fesselmassage

Grundlagen der tantrischen Fesselmassage

- ✓ Du lernst die Grundlagen von Seilkunde, Sicherheit, Berührung und Präsenz. Schritt für Schritt entsteht daraus ein klarer Ablauf, mit dem du Menschen sicher durch eine erste Fesselmassage begleiten kannst.

4 Tage



Verfeinern, individuell gestalten und traumasensibel begleiten.

Mehr Sicherheit. Mehr Variationen.

Mehr Verständnis für den Menschen im Seil.

- ✓ Du erweiterst dein Repertoire um neue Fesselungen, Bewegungsübergänge und Gestaltungsmöglichkeiten. Gleichzeitig vertiefst du deine Fähigkeit, Menschen traumasensibel, achtsam und individuell durch den gesamten Prozess zu begleiten.

Einzeltermine



Deinen eigenen Stil verfeinern und professionell begleiten

Supervision & Zertifizierung

Qualität sichern. Reflektieren. Wachsen.

- ✓ Im dritten Modul verfeinerst du deine Praxis durch individuelle Supervision und persönliches Feedback. Du erkennst deine Stärken, entwickelst deinen eigenen Stil weiter und gewinnst zusätzliche Sicherheit in Begleitung, Kommunikation und Fesselmassage. Abschluss - Praktische Prüfung: Zertifizierter:er Praktiker:in für tantrische Fesselmassage (feelZeit®)

SO FÜHLT ES SICH AN, DABEI ZU SEIN

Nicht jede Erfahrung entsteht am Seil. Manche entstehen in einem Gespräch. In einem Moment von Vertrauen. Im gemeinsamen Üben. Im Wechsel zwischen Lernen, Erleben und Reflektieren. Viele Menschen kommen mit Neugier. Manche mit Fragen. Manche mit Respekt vor dem Unbekannten.

Was viele verbindet: Die Erfahrung, in einer Gruppe zu lernen, in der niemand etwas darstellen muss. Ein Raum für Begegnung. Für Entwicklung. Und für den eigenen Weg.



EIN PLATZ
AM SEIL.

EIN PLATZ
IN DER GRUPPE.

Deine Geschichte
könnte die
nächste sein.

*Laura
& Coco*

feelZeit®
IMPULSRAUM



Am wertvollsten war für mich, beide Perspektiven erleben zu können. Ich habe nicht nur gelernt, Menschen zu begleiten, sondern auch selbst erfahren, wie sich Vertrauen, Orientierung und Hingabe anfühlen können.

Max - Coach



“

Ich habe verstanden, was Menschen im Seil brauchen.

”

GEMEINSAM AUF DEM WEG

Seit 2018 gehen wir diesen Weg gemeinsam.

Was als gemeinsame Neugier auf Seil, Berührung und menschliche Begegnung begann, ist über die Jahre zu einer tiefen Zusammenarbeit geworden.

Wir lernen bis heute miteinander, voneinander und durch die Menschen, die wir begleiten dürfen.

Aus dieser gemeinsamen Erfahrung ist die tantrische Fesselmassage entstanden – als Verbindung von Shibari, Tantra, Präsenz und traumasensibler Begleitung.

Was wir in dieser Ausbildung weitergeben, ist deshalb nicht nur Wissen. Sondern ein Weg, den wir selbst seit vielen Jahren gemeinsam gehen.



MANCHES LÄSST SICH NICHT LERNEN.

Manches entsteht erst,
wenn Menschen sich **Zeit** geben.

Für **Begegnung**.

Für **Vertrauen**.

Für **Erfahrungen**,
die nicht geplant
werden können.



Wir kamen wegen der Fesselmassage. Wir gingen mit einer neuen Form von Nähe. Wir sind erstaunt, wie viel wir nach 16 Jahren Beziehung noch miteinander entdecken können und haben uns neu oder anders kennengelernt.

“

Manche Erfahrungen haben uns überrascht. Andere haben uns nähergebracht. ”

Katrin & Ralf - Teilnehmer Paar



AUCH ZWISCHEN DEN MODULEN BIST DU **NICHT ALLEIN**

Lernen geschieht nicht nur im Seminarraum.
Deshalb **begleiten** wir dich weiter.

- Mit **Übungsabenden**.
- Mit **Videocalls**.
- Mit **Menschen**, die denselben Weg gehen.

ÜBEN • AUSTAUSCHEN • VERNETZEN



DAS NETZWERK EXISTIERT SCHON.

Du beginnst **nicht bei null**.
Viele Menschen vor dir sind
diesen Weg bereits gegangen.

Manche üben **gemeinsam**.
Manche tauschen **Erfahrungen** aus.
Manche **unterstützen** sich bis heute.



Investition & Anmeldung

Deine Ausbildung umfasst

- ✓ Modul 1 – Grundlagen der tantrischen Fesselmassage
 - ✓ Modul 2 – Vertiefung, Variationen & traumasensible Begleitung
 - ✓ Modul 3 – Individuelle Supervision & Zertifizierung
-
- ✓ Begleitende Übungsabende
 - ✓ Regelmäßige Videocalls
 - ✓ Ausbildungsunterlagen & Workbook (optional erhältlich)
 - ✓ Zugang zum feelZeit Netzwerk
 - ✓ Persönliche Begleitung durch Laura & Coco

Die Module bauen aufeinander auf. Modul 1 kann unabhängig als Seminar besucht werden. Modul 2 vertieft die Inhalte aus Modul 1 und setzt dessen Teilnahme voraus. Für die Zertifizierung ist die Teilnahme an Modul 1 und Modul 2 erforderlich.

1

Modul 1

4 Tage Ausbildung

589 €

2

Modul 2

4 Tage Ausbildung

589 €

3

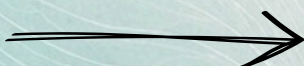
Modul 3

Supervision & Zertifizierung
individuell buchbar

390 € Supervision

390 € Praktische Prüfung
(2 Massagen)

Jetzt anmelden



WAS DIESE AUSBILDUNG DIR ERMÖGLICHT

Nach dieser Ausbildung verfügst du über einen klaren Ablauf, mit dem du Menschen sicher und achtsam durch eine vollständige tantrische Fesselmassage begleiten kannst. Du musst nicht länger überlegen, wie Seil, Berührung und Massage zusammenfinden. Statt vieler einzelner Techniken und Ideen hast du ein Fundament, auf das du dich verlassen kannst.

Vielleicht nutzt du dieses Wissen für dich selbst, für deine Beziehung oder für Menschen in deinem privaten Umfeld. Gleichzeitig ist diese Ausbildung mehr als das Erlernen einer neuen Methode.

Wer Menschen begleiten möchte, lernt auch sich selbst besser kennen. Im Fesseln und im Empfangen. Im Führen und im Loslassen. In Momenten von Vertrauen, Hingabe, Freude oder Unsicherheit. Manchmal zeigen sich neue Seiten von uns. Manchmal begegnen wir alten Mustern, Widerständen oder der Frage, was wir eigentlich brauchen, um uns sicher zu fühlen.

Viele Teilnehmende erleben genau darin einen besonderen Wert dieser Ausbildung. Sie entwickeln nicht nur neue Fähigkeiten, sondern auch ein tieferes Verständnis für sich selbst. Für die eigenen Grenzen. Für Bedürfnisse. Für Kommunikation. Für die Art, wie sie Beziehungen gestalten und Menschen begegnen.

Diese Erfahrungen verändern oft auch die Art, wie wir andere begleiten. Wer sich selbst bewusster wahrnimmt, kann meist auch sein Gegenüber klarer sehen, besser zuhören und achtsamer auf das reagieren, was im Moment gebraucht wird.

Wenn du bereits Tantra-Massagen anbietest, eröffnet dir die Fesselmassage zusätzliche Möglichkeiten. Du erweiterst dein Angebot um eine Spezialisierung, die nur wenige Menschen in dieser Form anbieten. Dadurch kannst du neue Interessent:innen

WAS DIESE AUSBILDUNG DIR ERMÖGLICHT

Wenn du bereits Tantra Massagen anbietest, eröffnet dir die Fesselmassage zusätzliche Möglichkeiten. Du erweiterst dein Angebot um eine Spezialisierung, die nur wenige Menschen in dieser Form anbieten. Dadurch kannst du neue Interessent:innen ansprechen, dein Profil schärfen und dein Angebot um eine weitere Massageform ergänzen.

Viele Absolvent:innen schätzen dabei nicht nur die fachliche Erweiterung, sondern auch die neue Abwechslung im eigenen Arbeitsalltag. Jede Fesselmassage verläuft anders, jede Begegnung bringt neue Erfahrungen mit sich.

Und auch wirtschaftlich kann sich diese Kompetenz auszahlen: Eine Fesselmassage kann in derselben Zeit durchgeführt werden wie eine klassische Tantra-Massage und gleichzeitig zu einem höheren Honorar angeboten werden.

Am Ende dieser Ausbildung hast du nicht nur neue Techniken gelernt. Du verfügst über das Wissen, die praktische Erfahrung und die Sicherheit, Menschen durch eine vollständige tantrische Fesselmassage zu begleiten – und oft auch über ein tieferes Verständnis dafür, was Menschen bewegt, berührt und wachsen lässt.

RUND UM DAS SEMINAR

Seminarzeiten

Die Seminartage beginnen jeweils um 10:00 Uhr und enden gegen 18:00 Uhr. Zwischen den Einheiten gibt es ausreichend Zeit für Pausen, Austausch und Verpflegung.

Seile & Material

Für die Übungen nutzen wir ein Set aus 7 Hanfseilen. Wenn du bereits eigene Seile hast, kannst du diese gerne mitbringen. Falls nicht, musst du vor dem Seminar nichts organisieren:

- Leihset für die Dauer des Seminars: 50 €
- Kaufset (7 Hanfseile): 149 €

Verpflegung

Im Seminar steht eine voll ausgestattete Küche zur Verfügung. Du kannst dir Mahlzeiten und Snacks selbst zubereiten und Lebensmittel im Kühlschrank lagern.

Übernachtung

Wenn du während des Seminars direkt vor Ort übernachten möchtest, kannst du auf den Massagematten im Seminarraum schlafen. Bitte bringe dafür dein eigenes Bettzeug mit.

Kosten: 40 € pro Nacht



NOCH FRAGEN?

15 MINUTEN
KOSTENLOSES
TELEFONAT
ODER ZOOM-CALL.

*Wir sind
für dich da.*

Gespräch buchen



KONTAKT.

WIR SIND FÜR DICH DA.

VERANSTALTUNGSORT

Coco Heinz
Friedenstraße 1
47053 Duisburg

E-MAIL

kontakt@feelZeit.de

TELEFON

+49 173 5986984

WEBSITE

www.feelZeit.de

