



WER? WANN? WAS? Notiert von Petra Neumann-Prystaj, Telefon 06151 387-270, Fax 387-400

Massage im Büro: Wie Tina Seitz Müde munter macht



A **Tina Seitz (43)** hat alles im schweren Handgepäck, was andere Menschen erleichtert. Aus ihrer großen rechten Tasche zaubert sie in Sekundenschnelle einen verstellbaren Massagestuhl. Ihre Pilotentasche birgt Accessoires wie Duftlämpchen, Öle, Entspannungs-CDs und magnetische Kugeln. Als erstes versprüht die mobile Massagetherapeutin eine beruhigende Orangeduftnote am jeweiligen Arbeitsplatz. Und der Büroraum verwandelt sich in eine Praxis, die Arbeit entrückt, Entspannung ist angesagt, und selbst

der Computer schaltet auf Sparflamme um.

Tina Seitz arbeitet da, wo man sie gerade braucht. Dienstags ab 18 Uhr zum Beispiel während der After-Work-Party in „Das Bad“ im Zentralbad. Dort lockert sie den Gästen eine Viertelstunde lang die verspannte Nackenmuskulatur. Aktiviert die Druckpunkte am Rücken, knetet und „melkt“ die Finger, bis sich ein Gefühl der Rundumerneuerung einstellt. Jetzt sind sie freizeitfit.

Die Ich-AGlerin ist aber auch an Frankfurter Messständen an-



zutreffen, wo sie Besuchern im Auftrag von Verlagen oder Produktherstellern eine Viertelstunde Wahlfühlpause schenkt. Sie fährt meilenweit, um ihren Kunden Zeit und Wege zu ersparen. Massiert sie in der Mittagspause, damit ihnen die Nachmittagsarbeits besser von der Hand geht.

Manchmal schenken Belegschaften ihrem Chef zum Geburtstag eine Massagestunde mit Tina Seitz - und umgekehrt beschenken auch Firmen ihre Mitarbeiter mit einem Seitzschen Wellnesspaket. Dann heißt es für sie:

Kneten nonstop. Wie jüngst bei einem Konzert, als sie hinter der Bühne Künstler wie Techniker mit druckvollen Handgriffen Anspannung und Lampenfieber wegmasierte.

Von Beruf ist Tina Seitz eigentlich Textülgestalterin. Zur Umschulung regte sie ein Artikel an, den sie auf dem Rückflug von La Palma in einer Bordzeitschrift las. Um noch perfekter zu werden, sattelte sie einige Wellness-Spezialitäten drauf: Energy Dance, Fitness- und Bewegungstraining und gezieltes Stretching mit Yoga-Ele-

menten. Das kann sie gut für die „Firmen-Fitness“ gebrauchen, ein viertel- oder halbstündiges Gymnastikprogramm für Bürogemeinschaften.

Es bedeutet für sie richtige Arbeit, für andere kleine Oasen der Ruhe im Alltag zu schaffen. Dabei kommt die eigene Entspannung fast zu kurz - wenn Sohn Louis (14) nicht wäre. Der rollert ihr schon mal den Rücken oder knetet ihr den Nacken, wenn sie nach getaner Schwerstarbeit dringend ein Chillout braucht.

FOTOS: JÜRGEN SCHMIDT