

Die Griffe unterscheiden sich zum Teil von denen der Klassischen Massage, ergänzend können einige Griffe zur spontanen Besserung im Wettkampf hinzugefügt werden. Unterstützend wird auch mit Tapebändern gearbeitet.

Ziel ist es, im Training und im Wettkampf eine Leistungssteigerung zu erzielen und vorbeugend gegen Verletzungen zu therapieren. Dazu gehören außerdem Kampfpausenmassage und Entmüdungsmassagen. Unterstützend sind hier besonders Massagemittel mit Arnika. Bei Tänzern wird während Proben und Aufführungen analog behandelt.