

Massage:

Die Frühlingswiese

Wir gehen auf die Wiese.

Das Gras ist so hoch, dass sie deine Beine bis hinauf zum Knie kitzeln.

Mit beiden Händen an den Füßen und Beinen bis zu den Knien hoch streichen. Einige Wiederholungen.

Die Sonne scheint warm und schickt die ersten Strahlen zu dir.

Hände fest reiben, warme Hände auf den Rücken des Kindes legen.

Ein Marienkäfer klettert von einer Hand zur anderen.

Mit zwei Fingern einen Arm hinauf-, und über die Schultern den anderen hinunter- „klettern“

Ein Schmetterling fliegt herum.

Mit einem Finger auf dem Rücken malen

Da kommt ein zweiter Schmetterling angefliegen.

Beide flattern umher.

Mit zwei Fingern auf dem Rücken malen

Ein paar Ameisen klettern deine Füße hoch,
immer höher bis zu den Schultern, und klettern wieder herunter.

Mit den Fingern von unten beginnend bis zu den Schultern krabbeln und wieder nach unten

Die Sonne scheint immer noch,

siehe oben

und ein leichter Wind geht.

Mit beiden Händen sanft den Rücken streicheln

Eine Blume erwacht und blüht auf.

Am unteren Rücken beginnend zwei Fäuste machen und auf den Rücken legen.

Langsam die Hände öffnen und dabei in Richtung Schultern streifen. Einige Wiederholungen.

Immer mehr Blumen beginnen zu wachsen.

Siehe oben

Du verabschiedest dich von der Wiese und gehst nach Hause.