

Eine winterliche Massagegeschichte

Diese Massage ist eine reine Wohlfühlmassage und passt zu kleinen Kuschelpausen während des Tages. Die Kinder sitzen oder liegen mit dem Rücken zu euch, mit oder ohne Oberteil, je nach Wunsch.

Zwei Eichhörnchen möchten gerne einen Schneemann bauen. Dafür brauchen sie aber die Tiere des Waldes. Das grosse Wildschwein trampelt schon mal den Platz flach, auf dem der Schneemann später einmal stehen soll.

 *mit den Fäusten vorsichtig auf dem Rücken trampeln und stampfen → nicht auf der Wirbelsäule!*

Beim Rollen der Schneekugel für den Bauch hilft ihnen der Dachs, der gerade durch den kalten Winterwald schlurft.

 *Schleich- und Schlurfbewegungen mit flachen Händen, dann mit den Händen eine Kugel formen und über den ganzen Rücken rollen.*

Da kommt ein Fuchs kommt vorbei. Vorsichtig trippelt er durch den Schnee. Natürlich hilft auch er den beiden Eichhörnchen und gemeinsam rollen sie eine zweite Kugel.

 *mit den Fingerspitzen auf den Rücken tippen und dann wieder Rollbewegungen machen.*

Als der Fuchs wieder weg ist, traut sich die Hasenfamilie wieder unter dem Gebüsch hervor. Alle hüpfen vor lauter Vorfreude auf und ab und helfen schnell mit, noch den Kopf aus Schnee zu formen.

 *Hüpfbewegungen mit flachen Händen und nochmals Roll-Bewegungen*

Flink klettert eines der Eichhörnchen auf den Baum und holt einen schönen grossen Tannzapfen für die Nase.

 *kleine Kratzbewegungen und anschliessend eine «den Zapfen in die Kugel drücken»-Bewegung*

Sieben kleine Mäusekinder krabbeln unter den Holzstapel und holen sieben Steine für die Augen und den Mund.

 *mit den Fingern krabbeln und dann 'die Steine platzieren'*

Juhuu, fertig ist der Schneemann! Vor lauter Freude machen alle Tiere einen Schneemann-Freudentanz.

 *trampeln, hüpfen, trippeln, klettern, krabbeln → siehe oben*

als sie merken, dass es zu schneien beginnt

 *ganz fein mit den Fingerspitzen auf den Rücken tupfen und ein kurzes Schmeelied singen oder summen*

drehen sie gleich nochmals eine Runde um den Schneemann!

 *nochmals den ganzen Tanz wiederholen*