

Wettermassage

Material:

Nur die Hände.

Vorbereitung:

Ein Kind darf sich auf den Bauch legen, während es von einem anderen Kind/Erwachsenen auf dem Rücken massiert wird.

Durchgang:

Während einer Seefahrt sieht man schon aus weiter Ferne, wie sich dunkle Wolken aufziehen und sich langsam unserem Boot nähern.

(Mit der Handfläche langsam über den Rücken streichen)



Es fing langsam an zu Regnen und jeder, der im Boot sitzt wurde nass. Es gab nichts unter dem man sich verstecken konnte.

(Mit allen 10 Fingerspitzen auf den Rücken tippen)



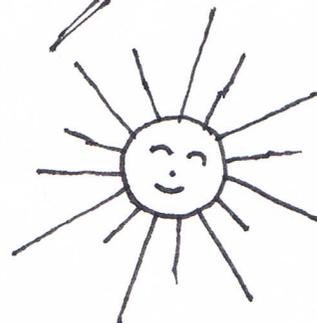
Auch der Wind wurde immer stärker und rüttelte unser Boot hin und her. Man konnte sich kaum noch festhalten.

(Vorsichtig den Rücken hin und schieben, sodass man anfängt zu schaukeln und dabei auf die Haare / den Hinterkopf pusten)



Plötzlich fing es auch an zu Donnern. Dabei spürten wir alle kleine Erschütterungen im Boot.

(Mit beiden Fäusten leicht über den Rücken klopfen)



In weiter Ferne sieht man aber schon wieder hellere Wolken und kleine Sonnenstrahlen, die sich den Weg durch die Wolken suchen.

(Mit der Handfläche wieder langsam über den Rücken streichen)

Wir kommen den Strahlen immer näher, vom Wind, dem Gewitter und dem Regen ist nichts mehr zu spüren. Nun sind wir genau unter den Sonnenstrahlen und alle können die warmen Sonnenstrahlen spüren. Jeder kann sich nun gemütlich vom starken Gewitter ausruhen und auch etwas entspannen.

(Beide Handflächen schnell für ca. 5 Sekunden aneinander reiben und die warmen Handflächen auf den Rücken legen)

Abb. T.M.