

Massagegeschichte „Der kleine Hase“

(Rückenmassage)

Es war einmal ein kleiner Hase, der gerne auf dem Feld vor seinem Hasen Bau seine Hasensprünge übte.

Die aneinandergelegten Finger einer Hand hüpfen über den Rücken.

Der kleine Hase sprang am liebsten kreuz und quer.

Kreuz und quer auf den Rücken tippen.

Dies zu können ist für Hasen sehr wichtig, denn sie müssen schnell Haken schlagen, wenn der Fuchs kommt.

Und so übte unser Hase seine Hasensprünge, bis er es plötzlich im Feld rascheln hörte.

Mit der flachen Hand über den Rücken wischen.

Da erschrak unser Hase sehr und er suchte sich ganz schnell ein Versteck.

Wieder über den Rücken springen.

Als er einen geeigneten Platz gefunden hatte, bewegte er sich nicht mehr.

Finger auf einer Stelle des Rückens ruhen lassen.

Er schaute vorsichtig aus seinem Versteck heraus. Und was sah er?

Da hüpfte doch tatsächlich ein anderer kleiner Hase umher.

Die andere Hand bildet ebenfalls durch Zusammenhalten der Finger einen Hasen.

Da traute sich der kleine Hase aus seinem Versteck.

Beide Hände zueinander bewegen.

Beide sprangen den Rest des Tages gemeinsam umher und übten die tollsten Haken schlagen.

Beide Hände hüpfen kreuz und quer über den Rücken.

Und als es am Abend wieder verdächtig im Feld raschelte, verschwanden beide schnell im Hasen Bau.

Über den Rücken wischen.

Und dort sind sie ganz rasch eingeschlafen.

Beide Hände unter den Bauch des liegenden Kindes schieben.

Vielleicht könnt ihr sie ja schnarchen hören.

Der Akteur legt sein Ohr auf den Rücken des liegenden Kindes. Dieses kann leise Schnarch Geräusche von sich geben.