



PARTNERMASSAGE - AUF DER WIESE

Lachen und Entspannung ist in den nächsten Minuten vorprogrammiert!

*Zuerst muss ich den Rasen mähen,
denn zu hoch darf das Gras nicht stehen.*

- Finger beugen, mit den Knöcheln mehrmals lang über den Rücken fahren.

*Nun rolle ich den bunten Ball,
das magst du auf jeden Fall!*

- Die Fäuste mit den Außenkanten der Hände auf den Rücken stellen und kreuz und quer am Rücken umher schieben.

*Spür mal, da hüpfst ein Frosch durchs Gras,
quak, der hat ja Riesenspaß!*

- Mit flachen Fingern auf verschiedene Stellen des Rückens springen.

*Frau Schnecke schleicht ganz ohne Eile,
hat sie denn nie Langeweile?*

- Mit den Handflächen ganz langsam Spuren ziehen.

*Ein Heuschreck springt jetzt hin und her,
ich glaube, das gefällt dir sehr.*

- Mit Zeigefinger und Daumen an verschiedenen Stellen behutsam zupfen.

*Ein Frauenkäfer auf deinem Rücken?
Sein Krabbeln bringt dich zum Entzücken.*

- Mit den Fingerkuppen sanft über den Rücken laufen.

*Nachbars Katze streckt ihre Pfoten,
aber Kratzen ist verboten!*

- Mit den Fingernägeln sanft von oben nach unten streichen.

*Da huscht ins Loch die kleine Maus,
und nun ist die Massage aus.*

- Mit allen Fingerkuppen von den Schultern weg bis nach unten zu den Fersen laufen, danach nochmals von oben nach unten mit flachen Händen abstreifen.

